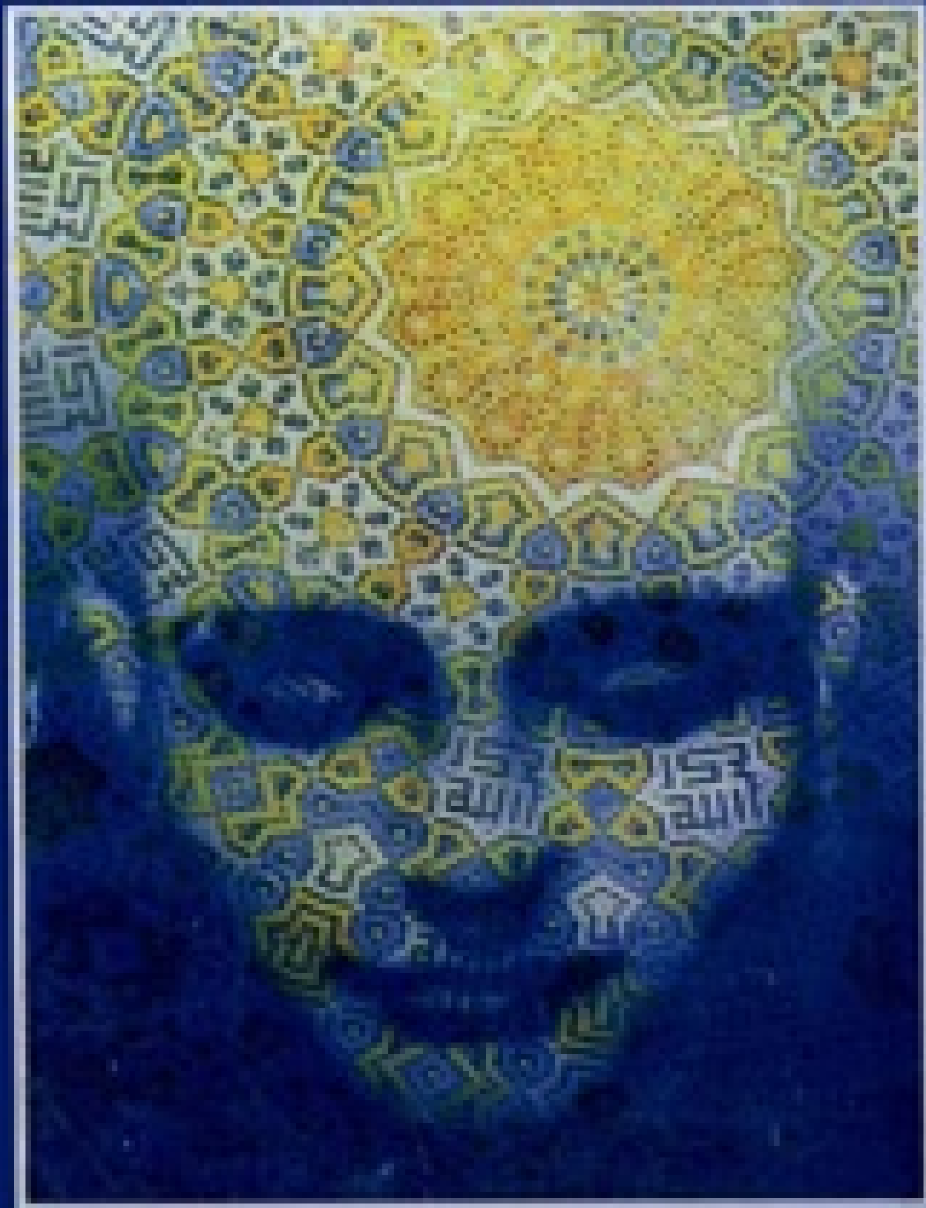
دکتر محمد عثمان نجاتی

قرآن و روانشناسی



ترجمه عباس عرب

بسم الله الرحمن الرحیم

قرآن و روان‌شناسی

نویسنده:

محمدعثمان نجاتی

ناشر چاپی:

بنیاد پژوهشهای اسلامی آستان قدس رضوی

ناشر دیجیتالی:

مرکز تحقیقات رایانه‌ای قائمیه اصفهان

فهرست

قرآن و روان‌شناسی

مشخصات کتاب

سرشناسه : نجاتی، محمد عثمان، ۱۹۱۴- م.

عنوان و نام پدیدآور : قرآن و روانشناسی/ محمدعثمان نجاتی؛ ترجمه عباس عرب.

مشخصات نشر : مشهد: آستان قدس رضوی، بنیاد پژوهشهای اسلامی، ۱۳۶۷.

مشخصات ظاهری[: ۳۸۳] ص.

شابک : ۱۱۰۰ ریال ؛ ۲۰۰۰ ریال (چاپ سوم)

وضعیت فهرست نویسی : برون سپاری

یادداشت : چاپ دوم: ۱۳۶۹.

یادداشت : چاپ سوم: اردیبهشت ۱۳۷۲.

یادداشت : کتابنامه: ص. [۳۸۳ - ۳۸۱]؛ همچنین به صورت زیرنویس.

موضوع : قرآن -- روانشناسی

شناسه افزوده : عرب، عباس، ۱۳۳۳ - ، مترجم

شناسه افزوده : آستان قدس رضوی .بنیاد پژوهشهای اسلامی

رده بندی کنگره : BP۱۰۳/۲۵/ن۳ق۴ ۱۳۶۷

رده بندی دیویی : ۲۹۷/۱۵۹

شماره کتابشناسی ملی : م۶۸-۳۱۸

فهرست

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۸

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۹

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۰

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۱

«مقدّمه مترجم»

انسان تنها موجودی است که از دو بعد مادّی و غیر مادّی شکل گرفته است. این موجود یگانه، چنان که قرآن کریم به آن اشاره می‌فرماید، رشد خود را از خاك شروع کرده و مراحل مختلف تکامل را پشت سر گذاشته تا آن جا که روح خدایی در درون وی

شکوفا شده و همراه و همگام با جسم به حرکت درآمده و با طیّ مراحل گوناگون، صفات و ویژگیهایی همچون عقل، عشق و عواطف انسانی را از خود به مرحله ظهور و شکوفایی رسانده است.

آنچه همیشه ذهن بشر را متوجّه خود کرده و در طول تاریخ او را به تلاش و تفکّر واداشته است، معرفت نفس یا خودشناسی است. انسان در پی شناختن خود، گاه به راه درست و گاه به نادرست گام نهاده است. او هنگامی که خویشتن را در خویش جستجو کرده و با نور خدایی همراه با پیامبران هدایتگرش، در این راه گام نهاده، به مقام نفس مطمئّه دست یازیده است، اما آن هنگام که غافل از خویشتن خویش بوده و با پیروی از نفس امّاره این راه را پیموده است، گمراه و سرگردان شده است.

قرآن کریم به منظور دستیابی به خودشناسی و رشد شخصیّت و ارتقای نفس انسان به مدارج کمال انسانی، مناسبترین و بهترین راهی را که بتواند زمینه خوشبختی دنیا و آخرت او را فراهم کند، به وی نشان داده است. در قرآن کریم آیات بسیاری وجود دارد که فطرت وجودی انسان و حالات گوناگون روان او را متذکّر شده و علل انحراف و بیماری و همچنین راههای تهذیب و تربیت، و معالجه روان انسان را به طور جامع نشان داده است. ما می‌توانیم به کمک حقایقی که در قرآن، درباره انسان و صفات و حالات گوناگون روانی او آمده است، بخوبی شخصیّت انسانی خویش را رشد دهیم و همچنین انگیزه‌های اصلی محرّک رفتار انسان و عواملی را که در هماهنگ کردن شخصیّت و تکامل و ایجاد بهداشت روانی او تأثیر بسزایی دارند، بشناسیم زیرا قرآن، سخن آفریدگار انسان است و بدیهی است که آفریدگار به طبیعت و اسرار آفرینش مخلوق خود داناتر است. «أ لا یَعْلَمُ مَنْ خَلَقَ وَ هُوَ اللَّطِیفُ الْخَبِیرُ». «۱»

---

(۱)- آیا آن خدایی که خلق را آفریده، عالم (به اسرار آنها) نیست؟ و حال آن که او به باطن (و ظاهر همه) امور عالم آگاه است. سوره ملک/ ۱۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۲

بی‌تردید ما برای احیا و بررسی میراث غنی اسلامی خود، به همّت بیشتری نیازمندیم و این کار را باید از قرآن کریم و احادیث شریف معصومان: آغاز کنیم و سپس سیر تکاملی اندیشه در تحقیقات روانی را در میان فلاسفه و اندیشمندان مسلمان دنبال کنیم تا از این طریق به شناخت صحیح مفاهیم روانی اسلام دست یابیم.

مؤلّف محترم کوشیده، حقایق و مفاهیم روانی را که در قرآن کریم آمده است، جمع‌آوری کند تا با رهجویی از آیات قرآن- که همه قطعی و یقینی است و باطل در آن راه ندارد- بتوان به تکوین شخصیّت راستین و رفتار صحیح انسانی، دست یافت.

در پایان بر خود فرض می‌دانم که از زحمات دوست گرامی آقای عباسعلی سلطانی که زحمت بازبینی این ترجمه را عهده‌دار شدند و نیز از سرور گرامی جناب آقای جعفر شریعتمداری که ویراستاری ادبی آن را به انجام رساندند، کمال تشکّر و امتنان خویش را ابراز دارم و از خداوند متعال برای ایشان و همه خوانندگان عزیز، که این ترجمه ناچیز را به دیده نقد مطالعه می‌فرمایند، آرزوی موفقیّت، شادکامی و سعادت دارم.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۳

مقدمه مترجم بر چاپ چهارم

بسم اللّه الرحمن الرحیم روزی که به پیشنهاد بنیاد محترم پژوهشهای اسلامی آستان قدس رضوی، ترجمه کتاب «القرآن و علم النفس» تألیف دکتر محمد عثمان نجاتی استاد دانشگاههای قاهره و کویت در رشته روان‌شناسی را با عنوان فارسی «قرآن و روان‌شناسی» آغاز کردم، اصلا فکر نمی‌کردم که کتاب با چنین استقبال گرمی از سوی محافل مختلف فرهنگی و دانشگاهی مواجه

شود آن هم در حدی که اینک شما خوانندگان محترم چهارمین چاپ آن را پیش‌رو داشته باشید. البته مترجم، این موفقیت را قبل از هر چیزی، مرهون قرآن و برکت قرآنی و ناشی از گرایش تشنگان معرفت به این سرچشمه جوشان معارف الهی می‌داند و در مرحله بعدی اگر بتوان درصدی از این موفقیت را به پدیدآورنده این اثر نسبت داد، مسلما افتخار آن به پدیدآورنده اصلی یعنی مؤلف محترم تعلق خواهد گرفت که کتاب را با شیوه‌ای علمی و آکادمیک و بدور از اطاله سخن و در یک کلام، پرمایه و مختصر و مفید تألیف کرد و به همین دلیل چنان که نویسنده در مقدمه چاپ دوم عربی اشاره کرده است، در جهان عرب نیز با استقبال گرم عموم مردم بویژه محافل فرهنگی و دانشگاهی مواجه شده است طوری که پس از چاپ نخست، از مؤلف برای شرکت در سمینارها و میزگردهای مختلف دعوت به عمل آمد و ایشان نیز با حضور در این مجامع برای متخصصان فن و اساتید دانشگاه و دانشجویان و علاقمندان، درباره مطالب کتاب به ایراد سخن پرداخت و متقابلا از اظهار نظرهای آنها بهره‌مند شد و سعی کرد این نظرات را در چاپ دوم عربی منعکس سازد.

وقتی به علت نایاب شدن کتاب، چاپ چهارم آن در دستور کار ناشر قرار گرفت، به پیشنهاد بنده و موافقت بنیاد محترم پژوهشهای اسلامی، چاپ دوم عربی که در بردارنده اضافات و تجدید نظرهای مؤلف است، مبنای تجدید نظر در متن فارسی قرار گرفت و کلیه افزوده‌ها و تجدید نظرهای مؤلف، بر چاپ چهارم فارسی نیز اضافه شد. این اضافات شامل آیات قرآنی، پاورقیها، تحلیلها و تعلیقات جدید هستند که در بیشتر فصلهای کتاب به چشم می‌خورند. همچنین مترجم، متن فارسی را بطور کامل با متن چاپ دوم عربی تطبیق داد و علاوه بر درج اضافات و تعلیقات، گاهی برخی از واژه‌ها و عبارات را نیز اصلاح کرد. به عبارت

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۴

دیگر، چاپ چهارم کتاب «قرآن و روان‌شناسی» با تجدید نظر کامل در ترجمه آن تقدیم شما عزیزان می‌شود.

شایسته یادآوری است که آن بخش از پاورقیها که علامت مشخصی ندارند، از مؤلف محترم و آنها که با علامت مترجم «- م.» مشخص شده‌اند، از مترجم هستند.

در پایان از کلیه سروران و ارباب فضل بویژه استادان و متخصصان در زمینه روان‌شناسی اسلامی و قرآنی که بنده را به دلیل انجام این کار، تشویق کردند تشکر می‌کنم و از آنها می‌خواهم مرا از راهنماییهایشان بویژه در زمینه کاربرد اصطلاحات روان‌شناسی محروم نسازند و مطمئن باشند که ان شاء اللّه در چاپهای بعدی از تذکرات سودمندشان استفاده خواهد شد. خدای بزرگ را سپاس می‌گویم که توفیق این خدمت را به حقیر عطا فرمود و همچون مؤلف از درگاه احدیتش می‌خواهم که این ترجمه را به برکت قرآن، مایه نزدیکی‌ام به خود قرار دهد و کفه ترازوی اعمالم را در روز واپسین با آن سنگین کند.

و اللّه المستعان عباس عرب

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۵

مقدمه مؤلف بر چاپ دوم عربی

چاپ نخست این کتاب با استقبال گرم بسیاری از علاقمندان به میراث اسلامی بطور کلی و روان‌شناسی اسلامی بطور خاص مواجه شده است و من از این بابت خداوند متعال را سپاس می‌گویم. این توجه عمومی و استقبال گرم مرا واداشت تا تحقیق و پژوهش در این زمینه را ادامه دهم و به تکمیل بحث و تحقیق درباره اصول اسلامی روان‌شناسی در قرآن کریم و احادیث شریف نبوی و در میان متفکران مسلمان اهتمام ورزم. از خداوند سبحان می‌خواهم در انجام این وظیفه توفیقم دهد و در ادای این تکلیف یاری‌ام رساند البته اگر به خواست خدا، عمری برایم باقی بماند تا امکان پرداختن به این مهم را بیابم.

در چاپ دوم این کتاب اصلاحات زیادی صورت گرفته و مطالبی فراوان مثل برخی از آیات قرآنی، تعلیقات، پاورقیها، تحلیلها و

مقایسه‌های جدید در بیشتر فصلهای کتاب افزوده شده است.

همچنین نویسنده پس از چاپ نخست، این فرصت را یافت که در سمینارها و میزگردهایی مختلف درباره برخی از موضوعات مورد بررسی در این کتاب سخن بگوید. تفسیرها و اظهار نظرها و گفتگوهایی که پس از این سخنرانیها، از سوی حاضران ارائه می‌شد، برایم بسی سودمند بود. و من در اینجا بسیار خوشحالم که سپاس فراوان خویش را تقدیم آن دسته از سروران و همکاران فاضلم کنم که در این سمینارها حاضر شدند و ملاحظات و نکات سودمندی را ارائه دادند؛ بخصوص از دوست عزیزم جناب استاد دکتر عبد العزیز کامل به خاطر ملاحظات ارزشمندی که درباره برخی از نکته‌های موجود در کتاب ابراز کردند، بسیار سپاسگزارم.

همچنین از مؤسسه «التقدم العلمی» کویت کمال تشکر را دارم که این کتاب و کتاب قبلی‌ام «الادراک الحسی عند ابن سینا: بحث فی علم النفس عند العرب» را مورد لطف قرار داده و جایزه ویژه تحقیقات «میراث» در سال ۱۹۸۳ را به این دو کتاب اعطاء کرد.

سخن آخر این که امیدوارم در جبران برخی از کوتاهیهای موجود در چاپ نخست این کتاب موفق شده باشم؛ هرچند هنوز هم احساس می‌کنم که کتاب همچنان به مراجعه مستمر و اضافات فراوان نیاز دارد و من امیدوارم بتوانم در چاپهای بعدی بخشی از این نیازها را برآورم.

قرآن و روانشناسی، ص: ۱۶

از خداوند متعال می‌خواهم این کتاب را مایه تقرب من به او قرار دهد و در روز واپسین هنگام دیدار با او کفه ترازویم را با نور آن سنگین کند.

محمد عثمان نجاتی ۱۰ شوال ۱۴۰۴ هجری ۹ ژوئیه ۱۹۸۴ میلادی

قرآن و روانشناسی، ص: ۱۷

سر آغاز

توجه و اهتمام من به موضوع «قرآن و روانشناسی» به حدود چهل سال پیش برمی‌گردد. و آن هنگامی بود که رساله فوق لیسانس خود را درباره «ادراک حسّی از دیدگاه ابن سینا» در طول سالهای ۱۹۳۹- ۱۹۴۲ آماده می‌کردم. از همان زمان معتقد بودم که برای فهمیدن نظریات ابن سینا در خصوص روانشناسی، لازم است ابتدا کلیه مفاهیم و نظریات و تحقیقات گوناگون روانشناسی پیش از عصر ابن سینا بررسی شود. به همین دلیل در مقدمه رساله خود، برخی مفاهیم روانی موجود در قرآن کریم و احادیث شریف نبوی را که به عنوان دو منبع از منابعی که در تکوین برخی از اندیشه‌های ابن سینا بویژه در بحثهای «ادراک حسّی»، «کسب شناخت» و مسأله «خواب و رؤیا» تأثیر گذاشته‌اند، ذکر کرده‌ام.

مدتی بعد با ایراد سخنرانی در انجمن معلمان قاهره، دوباره این موضوع را مطرح کردم. سخنرانی مزبور را تا آن جا که می‌توانم به یاد آورم- در یکی از شب‌نشستهای ماه رمضان سالهای میانی دهه شصت در انجمن مزبور- پیرامون «قرآن و روانشناسی» ایراد کرده بودم.

همچنین در جشنواره فرهنگی دبیرستان «الشویخ» کویت، در سال ۱۹۶۷ م سخنرانی دیگری درباره همین موضوع ایراد کردم که خلاصه آن در کتاب «دانشگاه و جامعه» که دانشگاه کویت در سال تحصیلی ۶۸- ۱۹۶۷ م آن را چاپ کرده است، منتشر شد.

در طول این مدت به کار تدریس و بحث و تألیف، و نظارت بر رساله‌های دانشجویانی که برای دریافت مدرک فوق لیسانس و دکترای روانشناسی می‌نوشتند، مشغول بودم و به همین دلیل فرصت کافی برای بررسی عمیق و همه جانبه مفاهیم روانی

قرآن و روانشناسی، ص: ۱۸

از دیدگاه قرآن، برایم پیش نمی‌آمد.

هنگامی که قرن چهاردهم هجری رو به پایان بود و جهان اسلام با انجام تحقیقات و بررسیهای اسلامی و برپایی کنگره‌ها و جشنهای متعدد، به پیشواز قرن پانزدهم می‌رفت، احساس کردم زمان آن فرا رسیده است که من هم وقت کافی برای بررسی مفاهیم روانی از دیدگاه قرآن و نیز اوقاتی برای تألیف کتابی پیرامون آن، اختصاص دهم و به این ترتیب به استقبال قرن پانزدهم بروم. به همین منظور، موفق به گرفتن یک مرخصی علمی برای ترم اول سال تحصیلی دانشگاهی ۸۱- ۱۹۸۰ م از دانشگاه کویت شدم که ضمن آن توانستم بخش بزرگی از فصلهای این کتاب را جمع‌آوری کنم. همین جا فرصت را غنیمت می‌شمارم و از دانشگاه کویت که چنین فرصتی را در اختیارم نهاده است، صمیمانه تشکر می‌کنم. این فرصت به من امکان داد که سرانجام، بحث و تحقیقی را که در سالهای گذشته همواره به آن اهتمام می‌ورزیدم و آرزوی به پایان بردن آن را داشتم، به اتمام رسانم.

همچنین علاقه‌مندم، از نویسندگان محترمی که کتابهایشان را خوانده‌ام و از اندیشه آنها بهره گرفته‌ام- که البته نامشان در جای خود در پاورقیها و فهرست منابع کتاب در پایان نیز آورده خواهد شد- تشکر و ابراز امتنان کنم.

خداوند پاک و بلندمرتبه را سپاس می‌گویم که سرانجام، به من توانایی عطا فرمود که این کتاب را به پایان رسانم. امیدوارم که در عرصه مفاهیم روانی موجود در قرآن و مقایسه آن با مفاهیم روان‌شناسی جدید، موفق بوده باشم.

محمد عثمان نجاتی ۱۳ رمضان ۱۴۰۱ ه ۱۴ ژوئیه ۱۹۸۱ م

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۹

پیشگفتار

قرآن کتاب دینی و هدایت است که خداوند پاک و بلندمرتبه برای هدایت همه مردم بر حضرت محمد صلّی اللّه علیه و آله نازل کرده است. خداوند در قرآن، عقل و وجدان انسان را مورد خطاب قرار می‌دهد و به او اعتقاد به توحید و یگانه‌پرستی را می‌آموزد و به وسیله عبادات تزکیه‌اش می‌کند و نیز آنچه خیر و صلاحش در زندگی فردی و اجتماعی است، رهنمون می‌شود. همچنین برای دستیابی به خودشناسی و رشد شخصیت و ارتقای نفسش به مدارج کمال انسانی، مناسبترین راه را نشان می‌دهد تا بتواند زمینه خوشبختی دنیا و آخرت را برای خودش فراهم کند.

هـذا بَصائِرُ لِلنَّاسِ وَ هُدیً وَ رَحْمَةٌ لِقَوْمٍ یُوقِنُونَ «این قرآن برای عموم مردم مایه بصیرت بسیار و برای اهل یقین موجب هدایت و رحمت است.» «۱»

یا أَیُّهَا النَّاسُ قَدْ جاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَ شِفاءٌ لِما فِی الصُّدُورِ وَ هُدیً وَ رَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنِینَ «ای مردم، نامه‌ای (قرآن) که همه پند و اندرز و شفای دلهای شما و هدایت و رحمت برای مؤمنان است، از جانب خدا برای نجات شما آمد.» «۲»

---

(۱)- جاثیه: ۲۰.

(۲)- یونس: ۵۷.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۰

... وَ نَزَّلْنا عَلَیْكَ الْكِتابَ تِبْیاناً لِكُلِّ شَیْءٍ وَ هُدیً وَ رَحْمَةً وَ بُشْری لِلْمُسْلِمِینَ «... و ما بر تو این قرآن را فرستادیم تا حقیقت هر چیز را روشن کند و برای مسلمانان هدایت و رحمت و مژده باشد.» «۱»

كَما أَرْسَلْنا فِیكُمْ رَسُولًا مِنْكُمْ یَتْلُوا عَلَیْكُمْ آیاتِنا وَ یُزَكِّیكُمْ وَ یُعَلِّمُكُمُ الْكِتابَ وَ الْحِكْمَةَ وَ یُعَلِّمُكُمْ ما لَمْ تَكُونُوا تَعْلَمُونَ «چنان که رسول گرامی را که از خود شماست فرستادیم که آیات ما را برای شما تلاوت کند و نفوس شما را (از پلیدی و آلودگی) پاک و منزه گرداند و به شما تعلیم شریعت و حکمت دهد و هرچه را نمی‌دانید به شما بیاموزد.» «۲»

هُوَ الَّذِی بَعَثَ فِی الْأُمِّیِّینَ رَسُولًا مِنْهُمْ یَتْلُوا عَلَیْهِمْ آیاتِهِ وَ یُزَکِّیهِمْ وَ یُعَلِّمُهُمُ الْکِتابَ وَ الْحِکْمَةَ وَ إِنْ کانُوا مِنْ قَبْلُ لَفِی ضَلالٍ مُبِینٍ «اوست خدایی که در میان مردمی امّی (مردمی که خواندن و نوشتن نمی‌دانستند) پیغمبری از همان مردم برانگیخت تا بر آنان آیات وحی خدا را تلاوت کند و آنها را (از لوث جهل و اخلاق زشت) پاك سازد و شریعت کتاب آسمانی و حکمت الهی بیاموزد، با آن که پیش از این همه در جهل و گمراهی آشکار بودند.» «۳»

قرآن کریم مردم را به سیر و گردش در روی زمین و مشاهده آفریده‌های جهان هستی و آسمانها و زمین و مخلوقات خدا که در آسمانها و زمین هستند و همچنین تفکر و تدبّر درباره آنها تشویق می‌کند تا بتوانند از طریق مشاهده شگفتیهای آفرینش، به وجود آفریدگار شگفتی آفرین پی برند.

---

(۱)- نحل: ۸۹.

(۲)- بقره: ۱۵۱.

(۳)- جمعه: ۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۱

قُلْ سِیرُوا فِی الْأَرْضِ فَانْظُرُوا کَیْفَ بَدَأَ الْخَلْقَ ...

«ای رسول، به مردم بگو که در زمین گردش کنید و ببینید که خدا چگونه خلق را ایجاد کرده است ...» «۱»

أَ وَ لَمْ یَنْظُرُوا فِی مَلَکُوتِ السَّماواتِ وَ الْأَرْضِ وَ ما خَلَقَ اللَّهُ مِنْ شَیْ‌ءٍ ...

«آیا در ملکوت و قوای آسمانها و زمین فکر و نظر نمی‌کنند و در هر چه خدا آفریده است، نمی‌نگرند ...» «۲»

قُلِ انْظُرُوا ما ذا فِی السَّماواتِ وَ الْأَرْضِ ...

«ای پیامبر، به مردم بگو بنگرید آنچه را که در آسمانها و زمین است ...» «۳»

قرآن کریم توجه و عنایت بسیاری به تشویق مردم به امر آموزش و فراگیری دانش نشان داده است. در این مورد هیچ دلیلی بالاتر از این نیست که نخستین آیه قرآن مجید، مردم را به خواندن و فراگیری دانش دعوت می‌کند و مقام «قلم» را که خداوند توسط آن به انسان، نوشتن و ندانسته‌های علوم را آموخت، گرامی می‌دارد.

اقْرَأْ بِاسْمِ رَبِّکَ الَّذِی خَلَقَ خَلَقَ الْإِنْسانَ مِنْ عَلَقٍ اقْرَأْ وَ رَبُّکَ الْأَکْرَمُ الَّذِی عَلَّمَ بِالْقَلَمِ عَلَّمَ الْإِنْسانَ ما لَمْ یَعْلَمْ «ای رسول گرامی، (قرآن) را به نام پروردگارت که خدای آفریننده عالم است قرائت کن، آن خدایی که آدمی را از خون بسته آفرید. بخوان و (بدان که) پروردگارت کریمترین کریمان است آن خدایی که به بشر توسط قلم، علم نوشتن آموخت. و به آدم آنچه را نمی‌دانست تعلیم داد.» «۴»

---

(۱)- عنکبوت: ۲۰.

(۲)- اعراف: ۱۸۵.

(۳)- یونس: ۱۰۱.

(۴)- علق: ۱- ۵.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۲

خداوند در قرآن به قلم سوگند یاد می‌کند و این خود نشان دهنده مقام والای «قلم» و «نوشتن» و اشاره به این است که قلم و نوشتن در کار آموزش و فراگیری دانش تأثیر تعیین کننده‌ای دارند.

ن وَ الْقَلَمِ وَ ما یَسْطُرُونَ «ن (قسم به نون که نام نور و ناصر حق یا لوح نور خداست) و قسم به قلم و آنچه (تا ابد در لوح محفوظ) خواهد نگاشت.» «۱»

«قرآن کریم فضیلت دانش را می‌ستاید، دانشمندان را گرامی می‌دارد و مقامشان را رفعت می‌بخشد و دانش را در مرتبه و مقامی عالی همچون مقام ایمان قرار می‌دهد».

یَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِینَ آمَنُوا مِنْکُمْ وَ الَّذِینَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجاتٍ ...

«... خداوند مقام مؤمنان و دانشمندان را به مراتب و درجاتی بالا می‌برد ...» «۲»

وَ قالَ الَّذِینَ أُوتُوا الْعِلْمَ وَ الْإِیمانَ لَقَدْ لَبِثْتُمْ فِی کِتابِ اللَّهِ إِلی یَوْمِ الْبَعْثِ فَهذا یَوْمُ الْبَعْثِ وَ لکِنَّکُمْ کُنْتُمْ لا تَعْلَمُونَ «و آنان که به مقام علم و ایمان رسیده‌اند (به آن فرقه بدکار) می‌گویند: شما تا روز قیامت که هم امروز است، در عالم علم خدا مهلت یافتید ولی از جهل بر آن آگاه نبودید». «۳»

در تمجید قرآن از دانش و دانشمندان چه دلیلی از این بالاتر که در آیه فوق، دانشمندان «الَّذِینَ أُوتُوا الْعِلْمَ» پیش از مؤمنان ذکر شده‌اند و نیز در آیه زیر، قرآن هنگام

---

(۱)- قلم: ۱.

(۲)- مجادله: ۱۱.

(۳)- روم: ۵۶.

مطرح کردن موضوع اقرار به یگانگی و عدالت و قدرت و حکمت خدا، دانشمندان را پس از فرشتگان ذکر می‌کند.

شَهِدَ اللَّهُ أَنَّهُ لا إِلهَ إِلَّا هُوَ وَ الْمَلائِکَةُ وَ أُولُوا الْعِلْمِ قائِماً بِالْقِسْطِ لا إِلهَ إِلَّا هُوَ الْعَزِیزُ الْحَکِیمُ «خدا به یکتایی خود گواهی دهد که جز او خدایی نیست و فرشتگان و دانشمندان نیز به یکتایی او گواهی دهند. او نگهبان عدل و درستی است و خدایی جز او که توانا و داناست، وجود ندارد.» «۱»

دلیل دیگری که نشانگر ارج نهادن خداوند به دانش و تمجید از برتری و فضیلت آن می‌باشد، این است که به پیامبر صلّی اللّه علیه و آله دستور داده است به هنگام دعا از او بخواهد علمش را افزون کند.

... وَ قُلْ رَبِّ زِدْنِی عِلْماً «... و بگو (ای پیامبر): خدایا دانشم را افزون کن.» «۲»

اصولا- علم و حکمت دو نعمت از نعمتهای بزرگ خدا بر انسان هستند و به هر بنده مؤمن و شایسته‌ای که خود بخواهد، عطا می‌فرماید.

یُؤْتِی الْحِکْمَةَ مَنْ یَشاءُ وَ مَنْ یُؤْتَ الْحِکْمَةَ فَقَدْ أُوتِیَ خَیْراً کَثِیراً وَ ما یَذَّکَّرُ إِلَّا أُولُوا الْأَلْبابِ

---

(۱)- آل عمران: ۱۸.

(۲)- طه: ۱۱۴.

«خداوند به هر که بخواهد حکمت عطا خواهد کرد و به کسی که حکمت داده شود در واقع بهره و خیر بسیاری به او عطا شده است و این حقیقت را جز خردمندان عالم متذکر نمی‌شوند.» «۱»

نعمت دانش و حکمت از مهمترین نعمتهایی است که خداوند به پیامبران و فرستادگان برگزیده خود عطا فرموده و در آیات بسیاری

«۲» به این موضوع اشاره شده است. قرآن همچنین انسان را به تفکر و اندیشیدن درباره خویش و شگفتی آفرینش و دقتی که در ایجاد او به کار رفته است، تشویق می کند. به این ترتیب قرآن انسان را به بررسی ذات «خود» و شناخت اسرار و رموز آن برمی‌انگیزد چه، خودشناسی سرانجام به خداشناسی منتهی می‌شود.

وَ فِی الْأَرْضِ آیاتٌ لِلْمُوقِنِینَ وَ فِی أَنْفُسِکُمْ أَ فَلا تُبْصِرُونَ «برای اهل یقین در روی زمین آیات و نشانه‌هایی است. همچنین در وجود خود شما مردم، آیا به چشم بصیرت نمی‌نگرید؟» «۳» أَ وَ لَمْ یَتَفَکَّرُوا فِی أَنْفُسِهِمْ ما خَلَقَ اللَّهُ السَّماواتِ وَ الْأَرْضَ وَ ما بَیْنَهُما إِلَّا بِالْحَقِّ وَ أَجَلٍ مُسَمًّی ...

«آیا در خلقت وجود خویش اندیشه نمی کنند. خداوند آسمانها و زمین و موجودات میان آن دو را نیافرید مگر به حق و برای مدتی معیّن ...» «۴»

سَنُرِیهِمْ آیاتِنا فِی الْآفاقِ وَ فِی أَنْفُسِهِمْ حَتَّی یَتَبَیَّنَ لَهُمْ أَنَّهُ الْحَقُّ ...

«آیات قدرت و حکمت خود را در آفاق جهان و در وجود خودشان کاملا هویدا

---

(۱)- بقره: ۲۶۹.

(۲)- ر. ک به سوره‌های: بقره: ۲۴۷، یوسف: ۲۲ و ۶۸، انبیاء: ۷۴، نمل: ۱۵.

(۳)- ذاریات: ۲۰- ۲۱.

(۴)- روم: ۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۵

و روشن می گردانیم تا برای آنها آشکار شود که خدا (و آیات حکمت و قیامت و رسالتش همه) بر حق است ...» «۱»

فَلْیَنْظُرِ الْإِنْسانُ مِمَّ خُلِقَ خُلِقَ مِنْ ماءٍ دافِقٍ یَخْرُجُ مِنْ بَیْنِ الصُّلْبِ وَ التَّرائِبِ «پس انسان باید بنگرد که از چه چیز آفریده شده است. او از آب جهنده‌ای که از میان پشت پدر و سینه مادر بیرون می‌آید، آفریده شده است.» «۲»

پیامبر اکرم صلّی اللّه علیه و آله در همین رابطه چنین فرمود:

«من عرف نفسه فقد عرف ربّه» «هر کس خود را بشناسد خدا را هم خواهد شناخت.»

و در جای دیگر می‌فرماید:

«أعرفکم بنفسه أعرفکم بربّه» «خودشناسترین شما، خداشناسترین شماست.» «۳»

علاوه بر این، خودشناسی انسان به او کمک می کند تا بر هوای نفس خود مسلط شود و از غلتیدن در گمراهی و انحراف مصون ماند. خودشناسی همچنین انسان را به راه

---

(۱)- فصلت: ۵۳.

(۲)- طارق: ۵- ۷.

(۳)- به نقل از: ابو حامد محمد بن محمد غزالی: معارج القدس فی مدارج معرفة النفس، چاپ دوم، بیروت: دار الآفاق الجدیدة، ۱۹۷۵، ص ۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۶

ایمان و عمل صالح و رفتار بهنجار راهنمایی می کند و اینها نیز برای انسان زمینه یک زندگی آرام و مطمئن و خوشبختی دنیا و آخرت را فراهم می‌سازند.

در قرآن کریم آیات بسیاری وجود دارد که فطرت وجودی انسان و حالات گوناگون روان او را متذکّر شده علل و عوامل انحراف و بیماری و همچنین راههای تهذیب و تربیت و تداوی روان انسان را نشان داده است. و البته از کتابی که برای هدایت و راهنمایی و تربیت و آموزش انسان نازل شده است، انتظار پرداختن به چنین مسائلی می‌رود.

آیاتی که در این خصوص (روان انسان) در قرآن کریم وجود دارند، به مثابه نشانه‌هایی هستند که انسان برای شناختن «خود» و خصلتهای گوناگونش می‌تواند از آنها راهنمایی بجوید و برای دستیابی به روشی درست به منظور تهذیب و تربیت نفس خویش، توسط آیات مزبور ارشاد شود. ما کاملا می‌توانیم به کمک حقایقی که در قرآن درباره انسان و صفات و حالات روانی او آمده است، به ترسیم چهره‌ای درست از شخصیت انسان راهنمایی شویم و همچنین انگیزه‌های اصلی محرک رفتار انسان و عواملی را که در هماهنگ کردن شخصیت و تکامل و ایجاد بهداشت روانی او، تأثیر بسزایی دارند، بشناسیم. و این می‌تواند هموار کننده راه پیدایش نوعی علم «روان شناسی» باشد که نتایج و حقایق آن با حقایق و دانسته‌های درست ما درباره انسان که از قرآن برگرفته شده‌اند، هماهنگی داشته باشد، قرآنی که سخن خدای آفریدگار انسان است و بدیهی است که آفریدگار، به طبیعت و اسرار آفرینش مخلوق خود داناترست.

أ لا ـ یَعْلَمُ مَنْ خَلَقَ وَ هُوَ اللَّطِیفُ الْخَبِیرُ «آیا آن خدایی که خلق را آفریده، عالم (به اسرار) آنها نیست؟ حال آن که او بر همه چیز آگاه و داناست.» «۱»

---

(۱)- ملک: ۱۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۷

کتابی که هم اکنون در برابر دیدگان خواننده قرار دارد، کوششی است به منظور گردآوری حقایق و مفاهیم روانیی که در قرآن آمده است، بلکه بتوانیم با رهجویی از آیات قرآن، به تکوین شخصیت و رفتار انسان به شکلی واضح و دور از ابهام دست یابیم.

این کار در واقع راه رشد و تکامل بررسیها و تحقیقات جدید روان‌شناسی را هموار خواهد کرد، تحقیقاتی که می‌کوشد برای نظریات جدید مطرح شده پیرامون «شخصیت»، قوانینی اساسی وضع کند، قوانینی که حقایق و مفاهیم آن درباره انسان با حقایق و مفاهیم موجود در قرآن هماهنگی داشته باشد.

روان شناسان جدید به دلیل این که در تحقیقاتشان روش علوم تجربی را به کار می‌گیرند، خود را تنها در چارچوب بررسی آن بخش از پدیده‌های روانی که امکان مشاهده و بررسی موضوعی آنها وجود دارد، محصور می‌کنند و از تحقیق و کاوش درباره بسیاری از پدیده‌های مهمّ روانی که در محدوده مشاهده و آزمون تجربی نمی‌گنجند، دوری می‌کنند. از این رو کار بررسی در مورد خود «نفس» را از حوزه تحقیقاتی خود کنار گذاشتند، چون «روان» چیزی نیست که بتوان آن را دید یا به آزمایش گذاشت. به همین دلیل اینها بررسیهای خود را تنها به آن بخش از «رفتار» انسان که قابل مشاهده و ارزیابی است، محدود می‌کنند. حتی برخی از روان شناسان معاصر پیشنهاد کرده‌اند که نام این علم از «روان شناسی» به «رفتار شناسی» تغییر یابد و دلیلشان هم این است که روان شناسی جدید، به مطالعه و تحقیق پیرامون رفتار (و نه روان) انسان می‌پردازد.

یکی از پیامدهای گرایش به تطبیق روشهای علوم تجربی بر تحقیقات روان شناسی این بود که در این تحقیقات گرایشهای ماتریالیستی که همه پدیده‌های روانی را ناشی از فعالیتهای فیزیولوژیک می‌دانند، حاکم شود. ماتریالیستها اصولا به انسان به چشم یک حیوان می‌نگرند و در این روند آن قدر پیش رفته‌اند که حتی تحقیقاتشان را در مورد رفتار حیوان، دروازه طبیعی ورود به حوزه مطالعه و بررسی رفتار انسان می‌دانند و از این واقعیت که میان ذات و حقیقت انسان (بعد معنوی) و حیوان تفاوت اساسی وجود دارد، غافل مانده‌اند و این مسأله مهم را در تحقیقاتشان تقریبا به طور کامل به دست فراموشی سپرده‌اند.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۸

این مسأله آن چنان باعث افزایش پژوهشهای روان شناسی شد که این علم، انواع رفتارهای سطحی و غیر مهم انسان را در بر گرفت، ولی از بررسی بسیاری از پدیده‌های رفتاری مهم انسان که شامل جنبه‌های دینی و معنوی و ارزشهای والای انسانی او می‌شود، غفلت ورزید و از تحقیق درباره مسأله عشق، در برترین شکل انسانی‌اش (بدور از جنبه‌های جنسی که اتفاقا تحقیقات روان‌شناسان جدید اغلب همین جنبه عشق را در برمی‌گیرد) باز ماند و نتوانست تأثیر عبادت در رفتار انسان و یا مسأله درگیری روانی میان انگیزه‌های جسمی و معنوی او را بررسی کند. همچنین بحث در مورد کیفیت هماهنگ کردن شخصیّت انسان از طریق ایجاد توازن بین جنبه‌های مادی و معنوی او و موضوعات دیگری را که در این کتاب به بررسی آنها خواهیم پرداخت، کنار گذاشت.

البته بعضی از روان‌شناسان معاصر این مطلب را مورد توجه قرار داده‌اند که دست روان‌شناسی جدید از بررسی و تحقیق در جنبه‌های معنوی انسان کوتاه است. مثلا روانکاو معروف معاصر اریک فروم «۱»، در این باره چنین می گوید: «روان شناسی جدید به جای این که روشهای تازه‌ای برای بررسی مشکلات مهم انسان ایجاد کند، غالبا به مسائل ناچیزی که حلّ آنها با روش علمی موهوم هماهنگی دارد، توجه می کند.

بدین ترتیب باز روان‌شناسی به موضوع اصلی خود یعنی «روان» انسان، نیازمند شد.

توجه و اهتمام روان شناسی تاکنون به مکانیسمها و عوامل سازنده واکنشها و غرایز انسان بود و به پدیده‌های اصلی روانی مانند محبّت، عقل، شعور و آگاهی و ارزشها که انسان را از موجودات دیگر کاملا متمایز می‌سازند، توجهی نمی کرد.» «۲»

در سالهای اخیر تعداد بسیار کمی از روان شناسان به اهمیّت بررسی جنبه‌های معنوی انسان توجه، و تلاشهایی را برای بررسی برخی از پدیده‌های روانی مانند «تله پاتی» «۳» و «توهم» «۴» آغاز کرده‌اند. اما این کوششها همچنان در آغاز راه است و هنوز به نتایج دقیقی

---

(۱)- Erich Fromm.

(۲)- اریک فروم: الدین و التحلیل النفسی، ترجمه فؤاد کامل، قاهره، مکتبه غریب، ۱۹۷۷، ص ۱۱.

(۳)- تله پاتی، همان تبادل خاطره و یا اندیشه با شخصی دیگر است که گاهی دور از انسان نیز زندگی می کند.

(۴)- توهم، ادراک و احساس اشیاء دور و خارج از حوزه حواس انسان است.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۹

که بتوان آن را با اطمینان به مجموعه اطلاعات دقیق بشر درباره انسان افزود، نرسیده است.

بی‌تردید ما نیاز به همت و تلاش بیشتری در زمینه بررسی میراث اسلامی خویش داریم و این کار را باید از قرآن کریم و احادیث شریف نبوی بیاغازیم و بعد سیر تکامل اندیشه در تحقیقات روانی را در میان فلاسفه و اندیشمندان مسلمان دنبال کنیم و از این طریق به شناخت صحیح مفاهیم روانی اسلام دست یابیم تا در تحقیقات روان‌شناسی و تکوین و پیدایش نظریات ویژه‌مان درباره شخصیّت انسان راهنمایی و کمکمان کند. ما باید در این کار به نحوی پیش برویم که هم به عنوان یک تحقیق علمی، دقت کافی در آن مصروف داریم و هم حقایقی را که در قرآن درباره انسان آمده است، بخوبی بیان کنیم؛ چون حقایق قرآنی به دلیل این که از سوی خدای آفریدگار انسان، نازل شده‌اند، همه قطعی و یقینی هستند.

لا یَأْتِیهِ الْباطِلُ مِنْ بَیْنِ یَدَیْهِ وَ لا مِنْ خَلْفِهِ تَنْزِیلٌ مِنْ حَکِیمٍ حَمِیدٍ «و هرگز از پیش و پس (آینده و گذشته)، این کتاب حق باطل نشود زیرا آن فرستاده خدای حکیم ستوده صفات است.» «۱»

---

(۱)- فصلت: ۴۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۱

فصل اول انگیزه‌های رفتار در قرآن

اشاره

انگیزه‌ها نیروهای محرّکی هستند که در موجود زنده حالتی از نشاط و فعالیت برمی‌انگیزند و رفتارش را آشکار می‌سازند و او را به سوی هدف یا هدفهای مشخّصی راهنمایی می‌کنند. انگیزه‌ها وظایف ضروری و مهمّی برای موجود زنده انجام می‌دهند.

در واقع این انگیزه‌ها هستند که انسان را به برآوردن نیازهای اساسی و ضروری زندگی و ادامه آن وامی‌دارند. و نیز او را به انجام بسیاری از کارهای مهم دیگر که در هماهنگ کردن انسان با محیط زندگی مفید هستند، برمی‌انگیزند.

روان شناسان جدید انگیزه‌ها را به دو بخش اصلی تقسیم می‌کنند که عبارتند از:

انگیزه‌های فیزیولوژیک: «۱» این انگیزه‌ها، انگیزه‌هایی فطری هستند که به نیازهای فیزیولوژیک جسم و نقص یا عدم تعادلی که در بافتهای بدن به وجود می‌آیند، مربوط می‌شوند. این انگیزه‌ها رفتار فرد را در جهت اهدافی که نیازهای فیزیولوژیک بدنش را برآورده کنند، راهنمایی می‌کنند و یا نقص و کمبودی را که گاهی در بافتهای بدن به وجود می‌آید جبران می‌کنند و آن را از نظر توازن به وضعیت گذشته برمی‌گردانند.

انگیزه‌های روانی: این انگیزه‌ها در جریان رشد اجتماعی فرد از طریق آموختن قابل حصول هستند. «۲»

---

(۱)- به این گونه انگیزه‌ها، انگیزه‌های اولیه نیز گفته می‌شود.

(۲)- این دسته از انگیزه‌ها را انگیزه‌های ثانوی یا اکتسابی یا انگیزه‌های قابل فراگیری و یا اجتماعی نیز می‌گویند.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۲

الف- انگیزه‌های فیزیولوژیک

اشاره

حکمت بالغه خداوند که نعمت وجود را به مخلوقاتش عطا فرمود، چنین اقتضا می‌کند که در آنها ویژگیها و صفات مخصوصی به ودیعه بگذارد و آنها را شایسته انجام وظایفی کند که برای انجام آن آفریده شده‌اند.

... رَبُّنَا الَّذِی أَعْطی کُلَّ شَیْ‌ءٍ خَلْقَهُ ثُمَّ هَدی «خدای ما آن کسی است که همه موجودات عالم را نعمت وجود بخشیده، سپس به راه کمالش هدایت کرده است.» «۱»

سَبِّحِ اسْمَ رَبِّکَ الْأَعْلَی الَّذِی خَلَقَ فَسَوَّی وَ الَّذِی قَدَّرَ فَهَدی « (ای پیامبر) به نام خدای خود که برتر و بالاتر از همه موجودات است به تسبیح و ستایش مشغول باش. آن خدایی که عالم را آفرید و همه را به حد کمال خود رسانید. و آن خدایی که هر چیز را قدر و اندازه داد و به راه کمالش هدایت نمود.» «۲»

انگیزه‌های فیزیولوژیک از ویژگیهای مهمی است که خداوند در سرشت وجود حیوان و انسان به ودیعه نهاده است. این انگیزه‌ها دو نوع هستند. یکی از آنها برای بقای فرد، و دیگری برای بقای نوع ضروری است.

کارهای فیزیولوژیک در حیوان و انسان، در نهایت، به انجام وظیفه مهم بیولوژیک منجر می‌شود. این فعل و انفعالات فیزیولوژیک

نیازهای بدن را تأمین می‌کند و به جبران عوارضی مانند نقص عضو یا کمبود مواد شیمیایی می‌پردازد که گاهی در بدن به وجود

---

(۱)- طه: ۵۰.

(۲)- اعلی: ۱- ۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۳

می‌آیـد، و در برابر هر نوع اختلال یـا اضـطراب و عـدم تعادل، مقاومت می‌کنـد. اساسا انگیزه‌های فیزیولوژیک همواره به انـدازه‌ای معیّن، آن توازن حیـاتی را که برای حفـظ و بقـای وجود انسـان لازم است، حفظ می‌کننـد. مثلا وقتی در اثر کمبود غـذا در خون یا کمبود آب در بافتهـای بـدن اختلالی در توازن آن به وجود می‌آیـد و یا، حرارت یا برودت بـدن از درجه‌ای معین فراتر می‌رود و یا خسـتگی، از مقـداری معیّن می‌گـذرد، بلافاصـله عوامل معیّنی برای بازگرداندن حالت سابق به بدن به کار می‌افتند و فرد را به انجام فعالیتهای لازم وامی‌دارند.

تحقیقات جدید فیزیولوژیک روشن کرده است «۱» که در بدن انسان و حیوان نوعی تمایل طبیعی نسبت به حفظ توازن در درجه‌ای ثـابت وجود دارد، طوری که اگر این توازن مختـل شود عـاملی در او برانگیخته می‌شود که به انجـام فعـالیّت هماهنـگ سـازی برای بازگردانـدن بـدن به حالت توازن سابق وادارش می‌کنـد. این فعّالیّت هماهنگ سازی، گاهی تنها بر اساس یک عمل فیزیولوژیک و بـدون دخـالت اراده انسان صورت می‌پـذیرد. ماننـد ریزش عرق از بـدن به هنگام بالا رفتن درجه حرارت، که این کار خود بخود به دلیـل تبخیر عرق، درجه حرارت بـدن را پـایین می‌آورد یا وقتی که یک شـیء خارجی وارد چشم و زیر مژه‌های آن می‌شود، بـدون اراده اشک جریان می‌یابد و همین اشک، چشم را از آسیب خارجی حفظ می‌کند. گاهی این فعالیت توافقی با انجام یک کوشـش ارادی مشخص توسط فرد انجام می‌گیرد، مانند خوردن غذا هنگام گرسنگی و یا نوشیدن آب در حالت تشنگی.

همین نظریه «توازن» حیـاتی را که اخیرا توسط دانشـمندان کشف شـده قرآن کریم در چهارده قرن پیش بیان کرده است؛ آن جا که می‌فرماید:

وَ الْأَرْضَ مَدَدْناها وَ أَلْقَيْنا فِيها رَواسِيَ وَ أَنْبَتْنا فِيها مِنْ كُلِّ شَيْءٍ مَوْزُونٍ «و زمین را گسترانیدیم و در آن کوههای عظیم بر نهادیم و از آن، هر چیز را مناسب

---

(۱)- این تحقیقـات را «والتر کانن» فیزیولوژیست امریکایی انجام داد و در کتابی، زیر عنوان: «حکمت بـدن» منتشـر کرد.Cannon ,W .B .The Wisdom of the body ,New york :-Norton , ۲۳۹۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۴

و موافق حکمت و عنایت برویانیدیم.» «۱»

... وَ خَلَقَ كُلَّ شَيْءٍ فَقَدَّرَهُ تَقْدِيراً «... و (خداوند) همه چیز را آفرید آن‌گاه آن را در اندازه‌ای معیّن قرار داد.» «۲»

... وَ كُلُّ شَيْءٍ عِنْدَهُ بِمِقْدارٍ «... و هر چیزی در نزد او (خدا) به اندازه است.» «۳»

إِنَّا كُلَّ شَيْءٍ خَلَقْناهُ بِقَدَرٍ «ما همه چیز را در اندازه‌ای مشخص آفریدیم.» «۴»

بنابراین انسان- و همچنین حیوان- با روشی مشخص و حساب شده و در اندازه‌ای معیّن آفریده شده است به طوری که از نظر توازن و هماهنگی در اندازه‌ای مشـخص قرار دارد و هرگاه این توازن به هم بخورد یک سری انگیزه فیزیولوژیک به کار می‌افتد و انسان- و نیز حیوان- را به انجام انواع فعالیتهای هماهنگ کننده- که برای برگرداندن حالت توازنی سابق به بدن لازم است- وادار می‌کند.

قرآن به این انگیزه‌هـای مهم فیزیولوژیـک اشـاره می‌کنـد و مـا ذیلا- آیـاتی را که مربوط به این انگیزه‌هـا هسـتند مورد بررسـی قرار

خواهیم داد.

۱- انگیزه‌های حفظ ذات:

خداوند متعال در برخی از آیات قرآن مهمترین انگیزه‌های فیزیولوژیک را که وظیفه

---

(۱)- حجر: ۱۹.

(۲)- فرقان: ۲.

(۳)- رعد: ۸.

(۴)- قمر: ۴۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۵

حفظ نفس و بقای فرد را بر عهده دارند، ذکر کرده است. مانند گرسنگی، تشنگی، خستگی، گرما و سرما، درد و تنفس.
پروردگار متعال حضرت آدم علیه السّلام را مورد خطاب قرار داد و نعمتهایی را که از آن بهره‌مند بود به او یادآوری کرد و این در زمان سکونت آدم در بهشت بود، بهشتی که در آن احساس گرسنگی یا تشنگی، آزارش نمی‌داد، جایی که برهنه نبود تا آزرمش، خدشه‌دار شود و دگرگونیهای جوّی به او آسیب رساند و جایی که گرمای سوزان خورشید را احساس نمی‌کرد- چون اصولا در بهشت خورشیدی وجود ندارد- خداوند همچنین به او هشدار داد که مبادا در دام شیطان- که می‌خواهد او را از بهشت بیرون کند- گرفتار شود و در نتیجه به زندگی زمینی هبوط کند و خود و فرزندانش برای اشباع انگیزه گرسنگی گرفتار مشقّت کار و تلاش مداوم شوند. مانند شکار کردن و شخم زدن زمین و کشاورزی. و نیز برای اشباع انگیزه تشنگی و دستیابی به آب و رودخانه، به حفر چاه و جستجو در زمین بپردازند و برای مصون ماندن از برهنگی- که آنها را در معرض آسیب دگرگونیهای جوی قرار می‌داد- به بافتن لباس مشغول گردند و برای محافظت از گرمای خورشید و سرمای شب به سایه‌های درختان و درون غارها و یا ساختن مسکن پناه برند.
خداوند در این باره می‌فرماید:
فَقُلْنا یا آدَمُ إِنَّ هذا عَدُوٌّ لَکَ وَ لِزَوْجِکَ فَلا یُخْرِجَنَّکُما مِنَ الْجَنَّةِ فَتَشْقی إِنَّ لَکَ أَلَّا تَجُوعَ فِیها وَ لا تَعْری وَ أَنَّکَ لا تَظْمَؤُا فِیها وَ لا تَضْحی فَوَسْوَسَ إِلَیْهِ الشَّیْطانُ قالَ یا آدَمُ هَلْ أَدُلُّکَ عَلی شَجَرَةِ الْخُلْدِ وَ مُلْکٍ لا یَبْلی «آن‌گاه گفتیم ای آدم (محقّقا بدان) که این شیطان با تو و همسرت دشمن است مبادا شما را از بهشت بیرون کند که در نتیجه به شقاوت و بدبختی گرفتار شوید.
همانا برای تو در بهشت (همه چیز مهیاست) نه هرگز آن جا گرسنه شوی و نه عریان مانی. و نه هرگز در آن جا به تشنگی و گرمای آفتاب آزار بینی. باز (با این همه سفارش) شیطان در او وسوسه کرد و گفت: ای آدم، آیا تو را به درخت

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۶

ابدیت و ملک جاودان راهنمایی کنم؟» «۱» در این آیات به سه انگیزه مهم از انگیزه‌های حفظ ذات اشاره شده است که عبارتند از: انگیزه‌های گرسنگی و تشنگی و پرهیز از گرما- و همچنین سرما- ی سخت.
این آیات همچنین به انگیزه‌های حب بقا و مالکیت نیز اشاره می‌کند. اصولا انگیزه‌های حفظ ذات در خدمت انگیزه «حب بقای نفس» عمل می‌کنند، زیرا این انگیزه‌ها با برآوردن نیازهای فیزیولوژیک جسم، در واقع برای بقای شخص و ادامه زندگی وی، فعالیّت می‌کنند. اما درباره انگیزه مالکیت که از انگیزه‌های روانی محسوب می‌شود در آینده بحث خواهیم کرد. انگیزه‌های «حب بقای نفس» و «مالکیت» در واقع دروازه‌های ورودی شیطان به نفس حضرت آدم بودند. شیطان آدم را وسوسه کرد که:

«آیا تو را به درخت جاویدان و ملکی که کهنه نشود راهنمایی کنم؟» در این جا بود که آدم هشدارهای خداوند متعال را به دست فراموشی سپرد و از دستور او سرپیچی کرد و از میوه آن درخت خورد. در آیات زیر (سوره نحل) می‌بینیم که به بعضی از انگیزه‌های حفظ ذات مانند گرما و سرما و خستگی و درد اشاره شده است. خداوند می‌فرماید:

وَ اللَّهُ جَعَلَ لَكُمْ مِنْ بُيُوتِكُمْ سَكَناً وَ جَعَلَ لَكُمْ مِنْ جُلُودِ الْأَنْعامِ بُيُوتاً تَسْتَخِفُّونَها يَوْمَ ظَعْنِكُمْ وَ يَوْمَ إِقامَتِكُمْ وَ مِنْ أَصْوافِها وَ أَوْبارِها وَ أَشْعارِها أَثاثاً وَ مَتاعاً إِلى حِينٍ وَ اللَّهُ جَعَلَ لَكُمْ مِمَّا خَلَقَ ظِلالًا وَ جَعَلَ لَكُمْ مِنَ الْجِبالِ أَكْناناً وَ جَعَلَ لَكُمْ سَرابِيلَ تَقِيكُمُ الْحَرَّ وَ سَرابِيلَ تَقِيكُمْ بَأْسَكُمْ كَذلِكَ يُتِمُّ نِعْمَتَهُ عَلَيْكُمْ لَعَلَّكُمْ تُسْلِمُونَ «و خدا برای سکونت دایم شما منزلهایتان را و برای سکونت (موقت سفر) از پوست چهارپایان خیمه‌ها را برای شما قرار داد، تا وقت حرکت و سکون سبک وزن و قابل انتقال باشد و از پشم و کرک و موی (شتر و گوسفند) اثاثیه منزل و اسباب زندگانی برای شما خلق فرمود تا در حیات دنیا از آن استفاده کنید.

(۱)- طه: ۱۱۷- ۱۲۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۷

و خدا برای آسایش شما از گرما سایبانهایی (از درختان و سقف و دیوار و کوهها) مهیا ساخت و از غارهای کوه، برای شما پوشش و اتاقها قرار داد (تا از سرما و گرما پناهی گیرید) و نیز (از نباتات و حیوانات و کرم ابریشم) لباسی که شما را از گرمای آفتاب و سرمای زمستان بپوشاند خلق کرد و نیز برای آن که در جنگ محفوظ مانید لباس آهنی مقرر گردانید، این چنین نعمتهای خود را بر شما تمام و کامل کرد تا مگر مطیع و تسلیم امر او باشید.» «۱»

بنابراین، انسان در غارها، در زیر خیمه‌ها و داخل خانه‌ها، نوعی مسکن می‌یابد که او را از آزار حیوانات وحشی و گزند دشمنان و دگرگونیهای جوّی مانند گرما و سرما حفظ می‌کند. همچنین در آنها محل آسایش و جای امن خود را می‌یابد که می‌تواند پس از خستگی کار روزانه، در آن استراحت کند. انسان همچنین در سایه درختان و تپه‌ها و کوهها پناهگاهی می‌یابد که او را از گزند گرمای خورشید مصون می‌دارد. او توسط لباسهایی که تهیه می‌کند نیز خود را از شدت گرما و سرما حفظ می‌کند و با زرهی که از آهن می‌سازد در جنگها، جسم خود را از آسیب دشمنان و درد زخمها محفوظ می‌دارد.

یکی از دلایلی که نشان می‌دهد انگیزه‌های گرسنگی و تشنگی و خستگی از انگیزه‌هایی هستند که معمولا انسان نمی‌تواند آنها را برای مدتی طولانی- به سبب رنج و درد و وارد آوردن خسارت و زیان- تحمل کند، همین وعده پاداشی است که خداوند برای تحمل رنج گرسنگی و تشنگی و خستگی در راه خدا، به مؤمنان داده است.

ما كانَ لِأَهْلِ الْمَدِينَةِ وَ مَنْ حَوْلَهُمْ مِنَ الْأَعْرابِ أَنْ يَتَخَلَّفُوا عَنْ رَسُولِ اللَّهِ وَ لا يَرْغَبُوا بِأَنْفُسِهِمْ عَنْ نَفْسِهِ ذلِكَ بِأَنَّهُمْ لا يُصِيبُهُمْ ظَمَأٌ وَ لا نَصَبٌ وَ لا مَخْمَصَةٌ فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَ لا يَطَؤُنَ مَوْطِئاً يَغِيظُ الْكُفَّارَ وَ لا يَنالُونَ مِنْ عَدُوٍّ نَيْلًا إِلَّا كُتِبَ لَهُمْ بِهِ عَمَلٌ صالِحٌ إِنَّ اللَّهَ لا يُضِيعُ أَجْرَ الْمُحْسِنِينَ

(۱)- نمل: ۸۰- ۸۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۸

«اهل مدینه و بادیه نشینان اطرافش نباید هرگز از فرمان پیامبر تخلّف کنند و نه هرگز بر خلاف میل او میلی از خود اظهار کنند تا آن که به عوض اطاعتشان هیچ رنج تشنگی و گرسنگی و خستگی را در راه خدا نکشند و هیچ قدمی که کفار را خشمگین کند برندارند و هیچ دستبردی به دشمنان دین نرسانند جز این که در مقابل هر یک از این رنج و آلام، عمل صالحی در نامه اعمالشان نوشته شود که خدا هرگز اجر نیکوکاران را ضایع نخواهد کرد.» «۱»

انگیزه‌های حفظ ذات، هم در حیوانات و هم در انسان وجود دارد. آیه زیر از سوره نمل به انگیزه‌های حفظ ذات در مورچه اشاره می کند، انگیزه‌هایی که موجب می‌شوند تا مورچه از چیزهایی که او را آزار و زیان می‌رسانند و باعث نابودی او می‌شوند، دوری گزینند.

وَ حُشِرَ لِسُلَيْمانَ جُنُودُهُ مِنَ الْجِنِّ وَ الْإِنْسِ وَ الطَّيْرِ فَهُمْ يُوزَعُونَ حَتَّى إِذا أَتَوْا عَلى وادِ النَّمْلِ قالَتْ نَمْلَةٌ يا أَيُّهَا النَّمْلُ ادْخُلُوا مَساكِنَكُمْ لا يَحْطِمَنَّكُمْ سُلَيْمانُ وَ جُنُودُهُ وَ هُمْ لا يَشْعُرُونَ «سپاهیان سلیمان از گروه جن و انس و مرغان، هر سپاهی تحت فرمان رئیس خود، در رکابش حاضر شدند. تا وقتی که به وادی مورچگان رسید، موری (پیشوای آنها) گفت: ای موران همه به خانه‌های خود اندر روید، مبادا سلیمان و سپاهیانش ندانسته شما را پایمال کنند.» «۲»

می‌بینیم که در این دو آیه آشکارا به انگیزه حفظ ذات در مورچگان اشاره شده است به طوری که، یکی از آنها- شاید رئیس یا نگهبان- را وامی‌دارد که سایر مورچه‌ها را در جریان خطری که آنها را تهدید می کرده است، قرار دهد تا برای مصون ماندن از این خطر، به داخل لانه‌های خود بروند.

---

(۱)- توبه: ۱۲۰.

(۲)- نمل: ۱۸- ۱۷.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۹

برخی از آیات قرآن به اهمیت ویژه هر یک از انگیزه‌های گرسنگی و حالت انفعالی ترس در زندگی انسان، اشاراتی می کنند. هر یک از حالتهای گرسنگی و ترس، در زندگی انسان تأثیر بسزایی دارد، زیرا انسان معمولا برای دستیابی به لقمه‌ای نان برای خود و خانواده‌اش متحمل رنج فراوانی می‌شود، همان‌طور که ترس از مرگ، یا از آینده نامعلوم و یا از دشمنان و دیگر گرفتاریهای روزگار، اغلب باعث بدبختی انسان می‌شود. به همین دلیل در بعضی از آیات قرآن هر یک از حالتهای گرسنگی و ترس به عنوان دو عامل، که تأثیر بزرگی در زندگی انسان دارند، ذکر شده‌اند. «۱» خداوند می‌فرماید:

وَ لَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِنَ الْخَوْفِ وَ الْجُوعِ وَ نَقْصٍ مِنَ الْأَمْوالِ وَ الْأَنْفُسِ وَ الثَّمَراتِ وَ بَشِّرِ الصَّابِرِينَ «و البته شما را به سختیها چون ترس و گرسنگی و نقصان اموال و نفوس و آفات زراعت بیازماییم و به صابران (در این گرفتاریها) مژده بده.» «۲»

وَ ضَرَبَ اللَّهُ مَثَلًا قَرْيَةً كانَتْ آمِنَةً مُطْمَئِنَّةً يَأْتِيها رِزْقُها رَغَداً مِنْ كُلِّ مَكانٍ فَكَفَرَتْ بِأَنْعُمِ اللَّهِ فَأَذاقَهَا اللَّهُ لِباسَ الْجُوعِ وَ الْخَوْفِ بِما كانُوا يَصْنَعُونَ «و خدا (برای شما) مثل آورد مثل شهری را (چون مکّه) که در آن امنیت کامل حکمفرما بود و اهلش در آرامش و اطمینان بودند و از هر جانب روزی فراوان به آنها می‌رسید، تا آن که اهل آن، نعمت خدا را کفران کردند، خدا هم به موجب آن کفران و معصیت، طعم گرسنگی و ترس را به آنها چشانید.» «۳»

---

(۱)- مسأله ترس را با اندکی تفصیل در فصل دوم که مخصوص حالتهای انفعالی است، مورد بحث قرار خواهیم داد.

(۲)- بقره: ۱۵۵.

(۳)- نحل: ۱۱۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۴۰

فَلْيَعْبُدُوا رَبَّ هذَا الْبَيْتِ الَّذِي أَطْعَمَهُمْ مِنْ جُوعٍ وَ آمَنَهُمْ مِنْ خَوْفٍ «پس باید خدای یگانه کعبه را بپرستند. که به آنها هنگام گرسنگی طعام داد و از ترس و خطر، ایمنشان ساخت.» «۱»

مورد دیگری که اهمیّت ارضای انگیزه گرسنگی در زندگی انسان، و همچنین اهمیّت نگهداری بدنش را از دگرگونیهای جوّی-

مانند گرما و سرما- بیان می کند، این است که خداوند متعال کفّاره عمل نکردن به سوگند را، غذا دادن به ده فقیر بی‌خانمان و یا پوشانیدن لباس به آنها قرار داده است.

لا یُؤاخِذُکُمُ اللَّهُ بِاللَّغْوِ فِی أَیْمانِکُمْ وَ لکِنْ یُؤاخِذُکُمْ بِما عَقَّدْتُمُ الْأَیْمانَ فَکَفَّارَتُهُ إِطْعامُ عَشَرَةِ مَساکِینَ مِنْ أَوْسَطِ ما تُطْعِمُونَ أَهْلِیکُمْ أَوْ کِسْوَتُهُمْ أَوْ تَحْرِیرُ رَقَبَةٍ فَمَنْ لَمْ یَجِدْ فَصِیامُ ثَلاثَةِ أَیَّامٍ ذلِکَ کَفَّارَةُ أَیْمانِکُمْ إِذا حَلَفْتُمْ وَ احْفَظُوا أَیْمانَکُمْ کَذلِکَ یُبَیِّنُ اللَّهُ لَکُمْ آیاتِهِ لَعَلَّکُمْ تَشْکُرُونَ «خدا به سوگندهای لغو و بیهوده، شما را مؤاخذه نخواهد کرد ولی بر آن سوگندی که از روی عقیده قلبی یاد کنید مؤاخذه خواهد کرد و کفّاره آن، طعام دادن به ده فقیر است از آن غذای متوسطی که معمولا برای خانواده خود تهیه می کنید یا جامه بر آنها بپوشانید یا یک بنده آزاد کنید هر کس توانایی اینها را ندارد سه روز روزه بگیرد و این است کفاره سوگندهایی که یاد می کنید و باید حرمت سوگندهای خود را نگه دارید. بدین گونه خدا آیات خود را برای شما بیان می کند شاید که شکر او به جای آرید.» «۲»

---

(۱)- قریش: ۳، ۴.

(۲)- مائده: ۸۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۴۱

قرآن به انگیزه‌های گرما و سرما نیز چنین اشاره می کند:

وَ جَزاهُمْ بِما صَبَرُوا جَنَّةً وَ حَرِیراً مُتَّکِئِینَ فِیها عَلَی الْأَرائِکِ لا یَرَوْنَ فِیها شَمْساً وَ لا زَمْهَرِیراً «خداوند در پاداش صبر کاملشان باغ بهشت و لباسی از حریر به آنها عطا فرمود.

که در آن بهشت بر تختهای (عزّت) تکیه زنند و در آن جا نه آفتابی سوزان بینند و نه سرمای زمهریر (سخت).» «۱»

اصولا در بهشت، خورشیدی وجود ندارد که سبب احساس گرما شود، همچنان که سرمای شدید هم وجود ندارد. همچنین قرآن به انگیزه خستگی اشاره می کند. خداوند متعال از زبان مؤمنان اهل بهشت می‌فرماید:

وَ قالُوا الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِی أَذْهَبَ عَنَّا الْحَزَنَ إِنَّ رَبَّنا لَغَفُورٌ شَکُورٌ الَّذِی أَحَلَّنا دارَ الْمُقامَةِ مِنْ فَضْلِهِ لا یَمَسُّنا فِیها نَصَبٌ وَ لا یَمَسُّنا فِیها لُغُوبٌ «و گویند حمد خدای را که حزن و اندوه ما را از بین برد، همانا خدای ما بسیار بخشنده و پاداش دهنده است. شکر آن خدایی که ما را به منزل دایمی (بهشت) وارد کرد که در آن‌جا هیچ رنج و المی به ما نرسد و ابدا رنج ضعف و خستگی نخواهیم یافت.» «۲»

در بهشت جاودان انسان به دلیل نداشتن تکلیف، احساس خستگی و عجز نمی کند.

خداوند در توصیف بهشتیان می‌فرماید:

---

(۱)- انسان: ۱۲- ۱۳.

(۲)- فاطر: ۳۴- ۳۵.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۴۲

لا یَمَسُّهُمْ فِیها نَصَبٌ وَ ما هُمْ مِنْها بِمُخْرَجِینَ «هیچ رنج و زحمتی در آن‌جا (بهشت) به آنها نرسد و هرگز از آن جا بیرونشان نکنند.» «۱»

اما در زندگی این جهان که انسان برای کسب روزی و انجام وظایف و مسئولیتهای گوناگونش سختی می کشد، طبیعی است که احساس خستگی و عجز می کند و برای بازیافتن طراوت و شادابی زندگی خود نیاز به استراحت و خواب دارد تا بتواند دوباره برای

ادامه وظایف زندگی توانا شود.

وَ مِنْ آیاتِهِ مَنامُکُمْ بِاللَّیْلِ وَ النَّهارِ وَ ابْتِغاؤُکُمْ مِنْ فَضْلِهِ إِنَّ فِی ذلِکَ لَآیاتٍ لِقَوْمٍ یَسْمَعُونَ «و یکی از آیات خدا همین خوابیدن شما در شب و روز و طلب روزی شما از فضل خداست و در این امر نشانه‌های (قدرت) خداست برای مردمی که گوش شنوا دارند.» «۲»

بنابراین، یکی از نشانه‌های قدرت خدا این است که انسان چه شب و چه روز برای آسایش جسمش از خستگی کار روزانه می‌خوابد، کار روزانه‌ای که در آن به دنبال طلب روزی از فضل بی‌پایان خدا و انجام مسؤولیتهای گوناگون زندگی می‌رود.

خداوند در این باره نیز می‌فرماید:

هُوَ الَّذِی جَعَلَ لَکُمُ اللَّیْلَ لِتَسْکُنُوا فِیهِ وَ النَّهارَ مُبْصِراً إِنَّ فِی ذلِکَ لَآیاتٍ لِقَوْمٍ یَسْمَعُونَ

---

(۱)- حجر: ۴۸.

(۲)- روم: ۲۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۴۳

«او خداوندی است که شب را برای آسایش و روز روشن را (برای امر معاش) قرار داد و در این گردش روز و شب نشانه‌های قدرت خدا برای مردمی که گوش شنوا دارند، وجود دارد.» «۱»

اللَّهُ الَّذِی جَعَلَ لَکُمُ اللَّیْلَ لِتَسْکُنُوا فِیهِ وَ النَّهارَ مُبْصِراً إِنَّ اللَّهَ لَذُو فَضْلٍ عَلَی النَّاسِ وَ لکِنَّ أَکْثَرَ النَّاسِ لا یَشْکُرُونَ «خدایی که شب تار را برای آرامش و استراحت و روز را (برای کسب معاش به نور خورشید)، روشن قرار داد. همانا خداوند بر مردم تفضل دارد ولی اکثر مردم شکرگزار نیستند.» «۲»

أَ لَمْ یَرَوْا أَنَّا جَعَلْنَا اللَّیْلَ لِیَسْکُنُوا فِیهِ وَ النَّهارَ مُبْصِراً إِنَّ فِی ذلِکَ لَآیاتٍ لِقَوْمٍ یُؤْمِنُونَ «آیا نمی‌بینید که ما شب تیره را برای آسایش و روز روشن را (برای امرار معاش) آنها قرار دادیم، همانا در این وضع شب و روز، نشانه‌های قدرت خداوند برای مردمی که ایمان دارند، پدیدار است.» «۳»

وَ جَعَلْنا نَوْمَکُمْ سُباتاً وَ جَعَلْنَا اللَّیْلَ لِباساً وَ جَعَلْنَا النَّهارَ مَعاشاً «و خواب را برای شما مایه قوام حیات و استراحت قرار دادیم و پرده سیاه شب را به مثابه لباس، (مایه استراحت) و روز روشن را برای کسب معاش قرار دادیم.» «۴»

---

(۱)- یونس: ۶۷.

(۲)- غافر: ۶۱.

(۳)- نمل: ۸۶.

(۴)- نبأ: ۹- ۱۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۴۴

وَ هُوَ الَّذِی جَعَلَ لَکُمُ اللَّیْلَ لِباساً وَ النَّوْمَ سُباتاً وَ جَعَلَ النَّهارَ نُشُوراً «و او خدایی است که ظلمت شب را برای شما لباس گردانید و خواب را مایه آرامش و ثبات شما قرار داد و روز روشن را برای جنبش و کار مقرر داشت.» «۱»

آیات فوق به این موضوع اشاره می‌کنند که خداوند متعال پرده سیاه شب را آفرید تا مردم پس از رنج کار و تحرک و فعالیت زیاد روزمره، در پناه آن با آرامش و آسودگی بخوابند، و روز را روشن قرار داد تا مردم بتوانند برای کسب روزی در زمین تلاش کنند و نیازمندیهای زندگی را برآورده سازند. خداوند درباره انگیزه خستگی و طلب آسایش و راحتی نیز چنین می‌فرماید:

وَ هُوَ الَّذِی یَتَوَفَّاکُمْ بِاللَّیْلِ وَ یَعْلَمُ ما جَرَحْتُمْ بِالنَّهارِ ثُمَّ یَبْعَثُکُمْ فِیهِ لِیُقْضی أَجَلٌ مُسَمًّی ثُمَّ إِلَیْهِ مَرْجِعُکُمْ ثُمَّ یُنَبِّئُکُمْ بِما کُنْتُمْ تَعْمَلُونَ «و

اوست خدایی که شب هنگام جان شما را نزد خود برده و شما را می‌میراند (حالت خواب) و کردار شما را در روز می‌داند و پس از آن (مرگ موقت یعنی خواب) شما را برمی‌انگیزاند تا به اجلی که در قضا و قدر معیّن است برسید، سپس هنگام مرگ به سوی او باز می‌گردید تا به نتیجه آنچه کرده‌اید شما را آگاه گرداند.» «۲»

وَ مِنْ رَحْمَتِهِ جَعَلَ لَکُمُ اللَّیْلَ وَ النَّهارَ لِتَسْکُنُوا فِیهِ وَ لِتَبْتَغُوا مِنْ فَضْلِهِ وَ لَعَلَّکُمْ تَشْکُرُونَ «یکی از رحمتهای خدا آن است که شب و روز را برای شما قرار داده است تا در شب آرام گرفته و در روز از فضل خدا روزی طلب کنید، باشد که شکرگزار نعمتهای خدا شوید.» «۳»

---

(۱)- فرقان: ۴۷.

(۲)- انعام: ۶۰.

(۳)- قصص: ۷۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۴۵

خستگی، انگیزه مهمی است که انسان را وامی‌دارد پس از رنج کار روزانه به استراحت و خواب بپردازد تا سلولهای بدنش شادابی و طراوت زندگی را بازیابند زیرا انسان در حالی که از خواب بیدار شود نیرومند و با نشاط است و نیز قادر است با نشاط به کار خویش ادامه دهد. خواب نیز انسان را از تشنج جسمی ناشی از ترسهایی که به او دست می‌دهند و از مشکلات و سختیهای فراوانی که در خلال زندگی روزانه دچارشان می‌شود، می‌رهاند. این موضوع از توصیف حالت مسلمانان در قرآن در اثنای جنگ بدر، هنگامی که بر بعضی از آنها ترس چیره شده بود، روشن می‌شود. خداوند می‌فرماید:

إِذْ یُغَشِّیکُمُ النُّعاسَ أَمَنَةً مِنْهُ وَ یُنَزِّلُ عَلَیْکُمْ مِنَ السَّماءِ ماءً لِیُطَهِّرَکُمْ بِهِ وَ یُذْهِبَ عَنْکُمْ رِجْزَ الشَّیْطانِ وَ لِیَرْبِطَ عَلی قُلُوبِکُمْ وَ یُثَبِّتَ بِهِ الْأَقْدامَ «هنگامی که خواب راحت شما را فرا گرفت در حالی که از جانب خدا ایمن بودید و از آسمان برای شما آبی فرستاد که توسط آن شما را پاک گرداند و پلیدی شیطان را از شما دور گرداند و دلهای شما را به هم پیوند دهد و گامهای شما را استوار گرداند.» «۱»

این خواب راحت، باعث از بین بردن ترس آنها و در نتیجه بازگرداندن حالت امنیت و آرامش به آنها شد. خداوند متعال در آیه زیر به اهمیت خواب در زندگی انسان چنین اشاره می‌فرماید:

قُلْ أَ رَأَیْتُمْ إِنْ جَعَلَ اللَّهُ عَلَیْکُمُ النَّهارَ سَرْمَداً إِلی یَوْمِ الْقِیامَةِ مَنْ إِلهٌ غَیْرُ اللَّهِ یَأْتِیکُمْ بِلَیْلٍ تَسْکُنُونَ فِیهِ أَ فَلا تُبْصِرُونَ «بگو چه تصور می‌کنید اگر خدا برای شما روز را تا قیامت پاینده و ابدی قرار

---

(۱)- انفال: ۱۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۴۶

دهد، جز خدا کیست که برای آرامش و استراحت شما شب را پدید گرداند؟ آیا چشم بصیرت نمی‌گشایید؟» «۱» اگر روز، همچنان تا بی‌نهایت ادامه می‌یافت و شبی وجود نمی‌داشت که انسان در پناه آن با آرامش بخوابد و رنج خستگی را از خود دور سازد، آیا می‌توانست دارای یک زندگی آرام و بدون رنج و بدبختی باشد؟ این خود دلیل بر تفضل و نعمت خدا بر انسان است که شب و روز را به طور متوالی و پشت سرهم قرار داد و در انسان انگیزه خستگی را به ودیعه نهاد که او را به خواب و استراحت وادار کند تا نشاط و زندگی تازه را بازیابد.

درد، نیز از انگیزه‌های فطری فیزیولوژیک به حساب می‌آید که انسان را وا می‌دارد، از چیزهایی که باعث آزار و رنج و عذابش

می‌شونـد، دوری کنـد. مـا قبلاـ در دو آیه‌ای که از سوره نحل (آیه‌های ۸۰- ۸۱) آوردیـم، به انگیزه درد اشـاره کردیم. همچنین از مواردی که نشان می‌دهـد درد، انگیزه نیرومندی است که مردم را به دوری و پرهیز از چیزهای آزار دهنده وامی‌دارد، مطالبی است که در بسیاری از آیـات قرآن آمـده است، از قبیـل هشـدار به کفـار و منافقـان که اگر توبه نکننـد و به خـدا ایمان نیاورنـد، عـذاب دردنـاکی چه در دنیا و چه در آخرت بر آنها وارد می‌شود. اگر درد انگیزه‌ای نیرومنـد و فطری و همگانی در میان همه انسانها نبود، خداونـد برای ترسانـدن مردم به علت کفر ورزیدن به خدا و ایمان نیاوردن به رسالت محمّد صـلّی اللّه علیه و آله که نتیجه آن دچار شدن به عذاب دردناک است، از این شیوه کمک نمی‌گرفت. در قرآن آیات فراوانی وجود دارد که کفار را از عذاب جهنم برحذر می‌دارد که ما ذیلا نمونه‌هایی را یادآور می‌شویم:

إِنَّ الَّذِينَ كَفَرُوا لَوْ أَنَّ لَهُمْ ما فِي الْأَرْضِ جَمِيعاً وَ مِثْلَهُ مَعَهُ لِيَفْتَدُوا بِهِ مِنْ عَذابِ يَوْمِ الْقِيامَةِ ما تُقُبِّلَ مِنْهُمْ وَ لَهُمْ عَذابٌ أَلِيمٌ يُرِيدُونَ أَنْ يَخْرُجُوا مِنَ النَّارِ وَ ما هُمْ بِخارِجِينَ مِنْها وَ لَهُمْ عَذابٌ مُقِيمٌ

---

(۱)- قصص: ۷۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۴۷

«آنان که کافر شدند اگر دو برابر آنچه در روی زمین است فرا بیاورند تا به وسیله آن خود را از عذاب روز قیامت برهانند، هرگز از آنها قبول نشود و برای آنان عـذابی دردناک است. آنها می‌خواهنـد که از آتش دوزخ بیرون رونـد ولی از آن بیرون نخواهند شد و برای آنان عذابی دایم و پایدار است.» «۱»

... فَإِنْ يَتُوبُوا يَكُ خَيْراً لَهُمْ وَ إِنْ يَتَوَلَّوْا يُعَذِّبْهُمُ اللَّهُ عَذاباً أَلِيماً فِي الدُّنْيا وَ الْآخِرَةِ وَ ما لَهُمْ فِي الْأَرْضِ مِنْ وَلِيٍّ وَ لا نَصِيرٍ «... پس اگر توبه کننـد برایشان بهتر است و اگر روی برگرداننـد خـدا آنها را در دنیا و آخرت عذابی دردناک خواهد کرد و دیگر در همه روی زمین دوست و یاوری نخواهند داشت.» «۲»

يا قَوْمَنا أَجِيبُوا داعِيَ اللَّهِ وَ آمِنُوا بِهِ يَغْفِرْ لَكُمْ مِنْ ذُنُوبِكُمْ وَ يُجِرْكُمْ مِنْ عَذابٍ أَلِيمٍ «ای طایفه ما، دعوت خـدا را اجابت کنیـد و به او ایمان بیاورید تا خدا از گناهانتان درگذرد و شما را از عذابی دردناک نگاه دارد.» «۳»

۲- انگیزه تنفس

انگیزه تنفس یکی از انگیزه‌های ضـروری فیزیولوژیک زنـدگی است، زیرا انسان- و نیز حیوان- برای زنده ماندن، نیاز به اسـتفاده از اکسیژن دارد و هنگامی که اکسیژن کم شود، انسان در خود انگیزه‌ای احساس می‌کند که او را به استنشاق اکسیژن وامی‌دارد. و اگر بطور کلی اکسیژن یافت نشود، انسان می‌میرد. خداوند در آیه زیر به اهمیت نفس در زندگی انسان چنین اشاره می‌کند:

---

(۱)- مائده: ۳۶- ۳۷.

(۲)- توبه: ۷۴.

(۳)- احقاف: ۳۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۴۸

وَ آيَةٌ لَهُمْ أَنَّا حَمَلْنا ذُرِّيَّتَهُمْ فِي الْفُلْكِ الْمَشْحُونِ وَ خَلَقْنا لَهُمْ مِنْ مِثْلِهِ ما يَرْكَبُونَ وَ إِنْ نَشَأْ نُغْرِقْهُمْ فَلا صَرِيخَ لَهُمْ وَ لا هُمْ يُنْقَذُونَ «و نشانه دیگر این که ما نژاد بشـر را در کشتی پربار سوار گردانیدیم. و برای آنها مانند کشتی چیزی که بر آن سوار شوند خلق کردیم (مرکبهای دیگر). و اگر بخواهیم همه را غرق می‌کنیم که ابدا نه فریادرسی و نه راه نجاتی یابند.» «۱»

... وَ مِنْهُمْ مَنْ خَسَفْنا بِهِ الْأَرْضَ وَ مِنْهُمْ مَنْ أَغْرَقْنا ...

«... برخی از آنها را در زمین فرو بردیم (به زلزله) و گروهی را غرق کردیم (در دریا ...).» «۲»

اهمیّت انگیزه تنفس، به عنوان یـک انگیزه فیزیولوژیـک فطری که وظیفه مهمی در حفـظ وجود انسان و بقای او دارد، وقتی روشـن می‌شود که توجه کنیم. انسان به هنگام خطر غرق شدن، شدیدا احساس ترس می‌کند. خداوند به حالت پریشانی و ترس انسان که به هنگـام قرار داشـتن در کشتی در پهنه دریا و وزش توفانی شدیـد و آمـدن امواج از هر سو و احساس خطر غرق شـدن و به دنبال آن نابودی به انسان دست می‌دهد، چنین اشاره می‌فرماید:

هُوَ الَّذِی یُسَیِّرُکُمْ فِی الْبَرِّ وَ الْبَحْرِ حَتَّی إِذا کُنْتُمْ فِی الْفُلْکِ وَ جَرَیْنَ بِهِمْ بِرِیحٍ طَیِّبَةٍ وَ فَرِحُوا بِها جاءَتْها رِیحٌ عاصِفٌ وَ جاءَهُمُ الْمَوْجُ مِنْ کُلِّ مَکانٍ وَ ظَنُّوا أَنَّهُمْ أُحِیطَ بِهِمْ دَعَوُا اللَّهَ مُخْلِصِینَ لَهُ الدِّینَ لَئِنْ أَنْجَیْتَنا مِنْ هذِهِ لَنَکُونَنَّ مِنَ الشَّاکِرِینَ

---

(۱)- یس: ۴۱- ۴۳.

(۲)- عنکبوت: ۴۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۴۹

«اوست آن که شـما را در خشـکی و دریا سیر می‌دهد تا آن‌گاه که در کشتی نشینید و شادمان و خوشوقت باشید که ناگاه باد تندی بوزد و کشتی از هر جـانب به امواج خطرنـاک درافتـد و خود را در ورطه هلاـکت ببینیـد، آن زمان خـدا را با اخلاص و دین فطرت بخوانید که: «بار خدایا اگر ما را از این خطر نجات بخشی شکر و سپاس تو خواهیم گفت.» «۱»

۳- دو انگیزه بقای نوع:

اشاره

حکمت خداونـد متعال اقتضـا می‌کنـد که در سـرشت انسـان و حیوان انگیزه‌های فیزیولوژیک فطری قرار دهـد که آنها را وادارد تا رفتارهای ضـروری گوناگونی برای صـیانت ذات در پیش گیرند. همچنین حکمتش اقتضا می‌کند که در سرشت این دو موجود، دو انگیزه فیزیولوژیـک فطری قرار دهـد که آنهـا را به دو نوع رفتـار مهم که بقـای نوع، وابسـته به آنهـاست، وادار کنـد. این دو انگیزه عبارتند از: انگیزه جنسی و انگیزه مادری.

۳- ۱- انگیزه جنسی:

کـار مهمّ این انگیزه، تولیـد مثـل است که موجب تشـکیل خانواده‌هـا و جوامع نوع بشـر و ملّتها می‌شود. عمران و آبادانی کره زمین، شناختن ملتها، گسترش تمدن و پیشرفت دانش و صنعت، محصول این انگیزه است:

یا أَیُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْناکُمْ مِنْ ذَکَرٍ وَ أُنْثی وَ جَعَلْناکُمْ شُعُوباً وَ قَبائِلَ لِتَعارَفُوا إِنَّ أَکْرَمَکُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقاکُمْ إِنَّ اللَّهَ عَلِیمٌ خَبِیرٌ «ای مردم ما همه شما را از مرد و زن آفریدیم و شما را دسته‌ها و قبایل مختلفی قرار دادیم تا همدیگر را بشناسید، همانا گرامی‌ترین شما نزد خدا پرهیزکارترین شماست و خداوند بسیار دانا و آگاه است.» «۲»

---

(۱)- یونس: ۲۲.

(۲)- حجرات: ۱۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۵۰

یا أَیُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّکُمُ الَّذِی خَلَقَکُمْ مِنْ نَفْسٍ واحِدَةٍ وَ خَلَقَ مِنْها زَوْجَها وَ بَثَّ مِنْهُما رِجالًا کَثِیراً وَ نِساءً وَ اتَّقُوا اللَّهَ الَّذِی تَسائَلُونَ بِهِ وَ الْأَرْحامَ إِنَّ اللَّهَ کانَ عَلَیْکُمْ رَقِیباً «ای مردم بترسید از پروردگار خود، آن خدایی که همه شما را از یک تن بیافرید و از آن جفتش را خلق کرد و از آن دو تن، خلقی بسیار از مرد و زن برانگیخت و بترسید از آن خدایی که به نام او از یکدیگر مسألت و درخواست می کنید، و درباره ارحام (خویشاوندان) کوتاهی نکنید که همانا خدا مراقب اعمال شماست.» «۱»

وَ اللَّهُ جَعَلَ لَکُمْ مِنْ أَنْفُسِکُمْ أَزْواجاً وَ جَعَلَ لَکُمْ مِنْ أَزْواجِکُمْ بَنِینَ وَ حَفَدَةً ...

«و خداوند از جنس خودتان برای شما همسرانی آفرید و از همسرانتان فرزندان و نوه‌هایی قرار داد ...» «۲»

فاطِرُ السَّماواتِ وَ الْأَرْضِ جَعَلَ لَکُمْ مِنْ أَنْفُسِکُمْ أَزْواجاً وَ مِنَ الْأَنْعامِ أَزْواجاً یَذْرَؤُکُمْ فِیهِ لَیْسَ کَمِثْلِهِ شَیْ‌ءٌ وَ هُوَ السَّمِیعُ الْبَصِیرُ «خدا که آفریننده آسمانها و زمین است برای شما از جنس خودتان همسرانی قرار داد و نیز چهارپایان را جفت (نر و ماده) آفرید تا به این (تدبیر) ازواج شما خلق را زیاد کند، خدا را هیچ مثل و مانندی نیست و او (به کردار بندگان) بسیار شنوا و بیناست.» «۳»

---

(۱)- نساء: ۱.

(۲)- نحل: ۷۲.

(۳)- شوری: ۱۱. در تفسیر ابن کثیر در ذیل این آیه چنین می‌خوانیم: (یَذْرَؤُکُمْ فِیهِ) یعنی یخلقکم فیه (می‌آفریند شما را در آن) و ضمیر «آن»، برمی‌گردد به آفرینش در این شکل و با این صفت. یعنی خداوند شما مردان و زنان (نر و ماده) را همچنان پی‌درپی و نسل اندر نسل می‌آفریند.» ج ۴، ص ۱۰۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۵۱

خواست خدا چنین است که وظیفه تولید مثل در نباتات نیز یافت شود، همان طور که خواستش این است که هر چیزی در جهان هستی جفتی داشته باشد.

... وَ مِنْ کُلِّ الثَّمَراتِ جَعَلَ فِیها زَوْجَیْنِ اثْنَیْنِ ...

«... و (از درختان) همه گونه میوه پدید آورد، همه چیز را جفت آفرید.» «۱»

وَ مِنْ کُلِّ شَیْ‌ءٍ خَلَقْنا زَوْجَیْنِ لَعَلَّکُمْ تَذَکَّرُونَ «و از هر چیز دو جفت آفریدیم شاید شما متذکر شوید.» «۲»

سُبْحانَ الَّذِی خَلَقَ الْأَزْواجَ کُلَّها مِمَّا تُنْبِتُ الْأَرْضُ وَ مِنْ أَنْفُسِهِمْ وَ مِمَّا لا یَعْلَمُونَ «پاک و منزه است خدایی که همه ممکنات عالم را جفت آفریده چه از نباتات (و حیوانات) و چه از نفوس بشر و دیگر مخلوقات که شما از آنها آگاه نیستید.» «۳»

انگیزه جنسی در واقع پایه تشکیل خانواده است، زیرا هر یک از زوجین در کنار همسر خود احساس راحتی و امنیت و آرامش می کند و بین آنها عاطفه عشق و دوستی و مهربانی به وجود می‌آید که این خود عامل تداوم زندگی زناشویی، در حالتی از هماهنگی و همکاری می‌باشد و این نوع زندگی نیز به نوبه خود فضای سالمی را برای رشد و تربیت کودکان و شکل گیری صحیح شخصیت آنها، آماده می‌سازد.

---

(۱)- رعد: ۳.

(۲)- ذاریات: ۴۹.

(۳)- یس: ۳۶. در این مورد رک به: دراسات فی النفس الانسانیة، محمد قطب، بیروت، دار الشروق، ۱۹۷۹، ص ۱۹۵- ۱۹۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۵۲

وَ مِنْ آیاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَکُمْ مِنْ أَنْفُسِکُمْ أَزْواجاً لِتَسْکُنُوا إِلَیْها وَ جَعَلَ بَیْنَکُمْ مَوَدَّةً وَ رَحْمَةً إِنَّ فِی ذلِکَ لَآیاتٍ لِقَوْمٍ یَتَفَکَّرُونَ «و یکی دیگر از آیات خدا این است که برای شما از جنس خودتان جفتهایی آفرید که مایه آرامش شما باشد و میان شما رأفت و مهربانی قرار داد و در این امر برای مردم با فکر نشانه‌های علم و حکمت خدا آشکار است.» «۱»

هُوَ الَّذِی خَلَقَکُمْ مِنْ نَفْسٍ واحِدَةٍ وَ جَعَلَ مِنْها زَوْجَها لِیَسْکُنَ إِلَیْها ...

«اوست خدایی که همه شما را از یک تن آفرید و از او نیز جفتش را مقرر داشت تا به او انس و آرام گیرد.» «۲»

۳- ۲- انگیزه مادری:

حکمت و مصلحت خداوند متعال چنین است که در سرشت مادر نیز انگیزه‌ای فطری به وجود آورد که او را برای انجام رسالت مهم خویش به منظور بقای نوع، آماده کند. چون مادر، سختی دوران بارداری و زایمان را از روی رغبت تحمل می‌کند و پس از تولد فرزند نیز وظیفه شیر دادن و نگهداری و مهربانی نسبت به او را انجام می‌دهد تا وقتی که کودک رشد کند و خود بتواند کارهایش را انجام دهد. قرآن به تحمل رنج بارداری و زایمان توسط مادر، چنین اشاره می‌فرماید:

وَ وَصَّیْنَا الْإِنْسانَ بِوالِدَیْهِ إِحْساناً حَمَلَتْهُ أُمُّهُ کُرْهاً وَ وَضَعَتْهُ کُرْهاً وَ حَمْلُهُ وَ فِصالُهُ ثَلاثُونَ شَهْراً ...

«ما به انسان سفارش کردیم که به پدر و مادر خود احسان کند که مادر، رنج و

---

(۱)- روم: ۲۱.

(۲)- اعراف: ۱۸۹.

زحمت بار حمل را متحمل شد و باز با درد و مشقت وضع حمل کرد و سی ماه تمام مدت حمل و شیرخوارگی بود ...» «۱»

وَ وَصَّیْنَا الْإِنْسانَ بِوالِدَیْهِ حَمَلَتْهُ أُمُّهُ وَهْناً عَلی وَهْنٍ وَ فِصالُهُ فِی عامَیْنِ أَنِ اشْکُرْ لِی وَ لِوالِدَیْکَ إِلَیَّ الْمَصِیرُ «و ما به هر انسان سفارش کردیم که در حق پدر و مادر نیکی کند، خصوصا مادر که چون بار حمل فرزند برداشته تا مدت دو سال که طفل را از شیر باز گیرد هر روز رنج و ناتوانیش افزوده شده است، نخست شکر من که خالقم آن‌گاه شکر پدر و مادر را به جای آر که بازگشت خلق به سوی من خواهد بود.» «۲»

قرآن عواطف مادر و عشق و دلسوزی‌اش را نسبت به فرزندان، و ترس و اندوهش را به هنگام دوری از آنها، و شادی‌اش را به هنگام نزدیکی آنان، بیان می‌کند. این توصیف زیبا در جریان نقل داستان موسی علیه السّلام آمده است:

وَ أَصْبَحَ فُؤادُ أُمِّ مُوسی فارِغاً إِنْ کادَتْ لَتُبْدِی بِهِ لَوْ لا أَنْ رَبَطْنا عَلی قَلْبِها لِتَکُونَ مِنَ الْمُؤْمِنِینَ «صبحگاه مادر موسی دلش (از هر چیز جز یاد موسی) فارغ بود و به حدی غم و اندوه، قلبش را فرا گرفته بود که اگر ما، دلش را محکم و پا بر جای نگه نمی‌داشتیم تا ایمانش برقرار بماند، نزدیک بود که راز درونش را آشکار کند (به نام طفلش موسی فریاد برآورد).» «۳»

---

(۱)- احقاف: ۱۵. «حَمَلَتْهُ أُمُّهُ کُرْهاً وَ وَضَعَتْهُ کُرْهاً» یعنی مادر، هم در دوران بارداری و هم به هنگام وضع حمل رنج و سختی دید. «فصال» یعنی گرفتن از شیر.

(۲)- لقمان: ۱۴. و هن یعنی ضعف. و «وَهْناً عَلی وَهْنٍ» یعنی ضعف به هنگام بارداری و زایمان.

(۳)- قصص: ۱۰.

یعنی دل مادر موسی از هر اندیشه‌ای درباره هر چیزی بجز فرزندش کاملا- خالی شد و اگر خداوند قلبش را محکم نمی‌کرد و آرامش و اطمینان را در جانش جایگزین نمی‌فرمود، از کثرت ترس و اندوهی که در اثر فراق فرزندش به او دست داده بود، رازش آشکار می‌شد. اما وقتی پسرش به او بازگردانده شد، اندوه از دلش رخت بربست و خوشبختی، دوباره به او روی آورد.

فَرَدَدْناهُ إِلى أُمِّهِ کَیْ تَقَرَّ عَیْنُها وَ لا تَحْزَنَ ...

«و بدین وسیله ما موسی را به مادرش برگردانیدیم تا دیده‌اش به جمال موسی روشن شود و اندوهش از بین برود ...» «۱»

ب- انگیزه‌های روانی

اشاره

انگیزه‌های روانی انگیزه‌هایی هستند که مستقیما نمی‌توان آنها را به حالتهای فیزیولوژیک بدن که نتیجه نیازهای جسمی هستند برگرداند، اما این مقوله در مورد انگیزه‌های فیزیولوژیک، مانند گرسنگی و تشنگی و خستگی صادق است. اکثر روان شناسان معتقدند که بیشتر انگیزه‌های روانی بر پایه انگیزه‌های فیزیولوژیک، قابل اکتساب هستند. به عبارت دیگر، آنها انگیزه‌های روانی را شاخه یا شعبه‌ای از انگیزه‌های فیزیولوژیکی می‌دانند که در نتیجه تأثیر و تأثر مهارتها و عوامل رشد اجتماعی فرد به وجود می‌آیند. بنابراین، آنها وجود عناصر فطری در انگیزه‌های روانی را انکار نمی‌کنند، حتی برخی از آنان مانند اریک فروم، معتقدند که بعضی از انگیزه‌های روانی که فروم آنها را «نیازهای روانی» می‌نامد، در واقع نیازهایی فطری و اساسی در سرشت انسان هستند که قابل فراگیری و اکتساب از محیط اجتماعی نمی‌باشند. «۲» مانند نیاز به پیوستگی به دیگران، نیاز به بزرگی و ارجمندی، نیاز به هویّت و نیز نیاز به

---

(۱)- قصص: ۱۳.

(۲)-

Lindzey, G, Hall, C. S. and Thompson, R. F; Psychology. New York: Worth ۶۵ .cnI, srehsilbuP ۷۶۹۱. p. ۰۶۳ .,

چارچوبی جهت هدایت رفتار خویشتن.

ابراهام مازلو A .maslow برای تقسیم بندی انگیزه‌ها پیشنهاد جدیدی کرده است که شامل انگیزه‌های معنوی نیز می‌شود. او به دو نوع انگیزه یا نیاز (به تعبیر خودش) معتقد است: الف: نیازهای اصلی. ب: نیازهای معنوی.

نیازهای اصلی، شامل همان چیزهایی می‌شود که اکثر روان‌شناسان آنها را در تحقیقات خود پیرامون نیازهای اصلی انسان مورد مطالعه قرار می‌دهند، مانند:

گرسنگی، تشنگی، انگیزه جنسی، امنیّت، عملکرد و انگیزه‌هایی از این قبیل.

و نیازهای معنوی، در برگیرنده جنبه‌های معنوی نیازهای انسان هستند مانند:

عدالت خواهی، نیکی، زیبایی و نظم و اتحاد. مازلو عقیده دارد که نیازهای معنوی انسان، نوعی نیازهای فطری هستند که تکامل رشد و بالندگی شخصیت فرد به برآوردن آنها بستگی دارد. «۱»

ما در این کتاب مایل هستیم که همه انگیزه‌های روانی و معنوی را که موجب تمایز انسان از حیوان هستند، تحت عنوان «انگیزه‌های

روانی» بیاوریم. ضمنا معتقدیم که بسیاری از این انگیزه‌های روانی، به طور کلی قابل اکتساب در محیط اجتماعی نیستند، بلکه در میان آنها عناصر فطری نیز یافت می‌شود.

شایسته یادآوری است که روان‌شناسان جدید به بحث و تحقیق درباره نیازهای فیزیولوژیك انسان توجه زیادی مبذول داشته‌اند، چنان‌که تحقیقاتشان در مورد انگیزه‌های روانی، بیشتر، در برگیرنده آن دسته از نیازهای گوناگون انسان است که به هماهنگی فردی و اجتماعی او با خواسته‌های فرهنگی و اجتماعی ویژه محیط تربیت و رشدش، مربوط می‌شوند. روان‌شناسان جدید، به بررسی جنبه معنوی انسان و نیازهای اصیل و والای انسانی که از آن نشأت می‌گیرد، توجهی نکرده‌اند، در حالی که حقیقهٔ همین معنویّت، مهمترین و والاترین نیاز انسان و نیز مهمترین فرق او با سایر حیوانات است.

---

(۱)- همان مأخذ، ص ۳۶۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۵۶

پایبندی روان‌شناسان جدید به پیاده کردن روش علمی معمول علوم طبیعی، در مطالعات تحقیقاتی پیرامون انسان، آنها را به این گرایش واداشت که منحصرا به آن جنبه از رفتارهای انسان که فقط در آزمایشگاهها و تحقیقات تجربی قابل مطالعه هستند، توجه کنند و از تحقیق درباره بسیاری از جنبه‌های مهم رفتاری انسان که به مسائل معنوی مربوط می‌شوند، سرباز زنند. آنها به جای سعی در ابداع روشهای تازه‌ای که شایستگی تحقیق و مطالعه در جنبه‌های معنوی انسان را دارا باشد، اصولا تحقیق و بررسی را در این مورد کنار گذاشتند.

البته اخیرا به گرایشهای مادی که بر تحقیقات روان‌شناسی انسانی حاکم است و همچنین به کنار گذاشتن بررسی جنبه‌های معنوی رفتار انسان، انتقاداتی صورت گرفته است. مثلا اریک فروم از روان‌شناسی جدید به دلیل این که اغلب به بررسی جنبه‌های ناچیز و سطحی رفتار انسان می‌پردازد و مشکلات مهم و ارزشهای والا و جنبه‌های معنوی او را مورد مطالعه قرار نمی‌دهد، انتقاد کرده است. در صورتی که به نظر او همین ویژگیها، مهمترین ممیزه‌های انسان هستند. «۱» نظیر همین انتقادات بود که «مازلو» را بر آن داشت تا نیازهای انسان را به نیازهای اصلی و نیازهای معنوی تقسیم کند که ما به آن اشاره کردیم.

۱- انگیزه مالکیت:

انگیزه مالکیت، از آن گروه انگیزه‌های روانی است که انسان آن را در جریان رشد اجتماعی خود می‌آموزد. زیرا، انسان از طریق فرهنگ محیط خود که در آن پرورش می‌یابد، و همچنین از طریق مهارتها و آگاهیهای شخصی، عشق به تصاحب پول و مستغلات و اراضی و اموال گوناگون دیگر را می‌آموزد. به نظر او، این عوامل باعث می‌شوند تا در برابر فقر احساس امنیّت کند. چرا که در به دست آوردن نفوذ و مقام و قدرت اجتماعی به او کمك می‌کنند. قرآن کریم در بسیاری از آیات، به انگیزه مالکیت اشاراتی دارد.

---

(۱)- اریک فروم: همان مأخذ، ص ۱۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۵۷

زُيِّنَ لِلنَّاسِ حُبُّ الشَّهَواتِ مِنَ النِّساءِ وَ الْبَنِينَ وَ الْقَناطِيرِ الْمُقَنْطَرَةِ مِنَ الذَّهَبِ وَ الْفِضَّةِ وَ الْخَيْلِ الْمُسَوَّمَةِ وَ الْأَنْعامِ وَ الْحَرْثِ ذلِكَ مَتاعُ الْحَياةِ الدُّنْيا وَ اللَّهُ عِنْدَهُ حُسْنُ الْمَآبِ «در نظر مردم (ظاهربین دنیاپرست کوته نظر) حب شهوات نفسانی که عبارتند از میل به زنان و فرزندان و همیانهای زر و سیم و اسبهای نشاندار نیکو و چهارپایان و مزارع و املاك، زیبا و دلفریب آید، اما اینها همه متاع زندگانی دنیاست و سرانجام و بازگشت نیکو، در نزد خداست.» «۱»

وَ تُحِبُّونَ الْمالَ حُبًّا جَمًّا «و شما مال و ثروت را بسیار دوست می‌دارید.» «۲»

الْمالُ وَ الْبَنُونَ زِينَةُ الْحَياةِ الدُّنْيا ...

«مال و ثروت و فرزندان، زیب و زینت زندگانی دنیاست ...» «۳»

اعْلَمُوا أَنَّمَا الْحَياةُ الدُّنْيا لَعِبٌ وَ لَهْوٌ وَ زِينَةٌ وَ تَفاخُرٌ بَيْنَكُمْ وَ تَكاثُرٌ فِي الْأَمْوالِ وَ الْأَوْلادِ ...

«بدانید که زندگانی دنیا در حقیقت بازیچه‌ای است و لهو و عیاشی و آرایش و تفاخر و خودستایی با یکدیگر و حرص زیاد کردن مال و فرزندان ...» «۴»

همین انگیزه مالکیت، یکی از دو انگیزه مهمی بود که شیطان آن را در نفس آدم علیه السّلام برانگیخت و باعث شد او با خوردن میوه درختی که خداوند از نزدیک شدن به آن منعش کرده بود، از فرمان خدا سرپیچی کند.

---

(۱)- آل عمران: ۱۴.

(۲)- فجر: ۲۰.

(۳)- کهف: ۴۶.

(۴)- حدید: ۲۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۵۸

فَوَسْوَسَ إِلَيْهِ الشَّيْطانُ قالَ يا آدَمُ هَلْ أَدُلُّكَ عَلى شَجَرَةِ الْخُلْدِ وَ مُلْكٍ لا يَبْلى «پس شیطان او را وسوسه کرد و گفت: ای آدم! آیا میل داری تو را به درخت ابدیّت و ملک جاودانی راهنمایی کنم؟» «۱» برخی از روان‌شناسان مانند «مک دوگال» مالکیت را نوعی غریزه می‌دانند. اما بررسیهای انجام شده در انسان شناسی و روان شناسی جدید نظریه غریزی بودن مالکیت را تأیید نمی‌کند و آن را یک انگیزه قابل اکتساب روانی می‌داند. «۲» بنابراین، ضرورتی ندارد که از وسوسه شدن آدم توسط شیطان که او را به «ملکی پایدار» راهنمایی می‌کند، چنین نتیجه‌گیری شود که انگیزه مالکیت در آدم و فرزندانش فطری یا غریزی است.

زیرا، امکان دارد از مطلب فوق این موضوع را استنباط کنیم که شیطان سعی کرد در نفس آدم انگیزه‌ای بیافریند که در آن زمان بالفعل در او وجود نداشت. به این ترتیب می‌توانیم بگوییم که آدم انگیزه مالکیت را با اشاره شیطان و تحت تأثیر او، آموخت.

۲- انگیزه پرخاشگری (تجاوز)

انگیزه پرخاشگری در رفتار تجاوزگرانه انسان در برابر دیگران با هدف آزار دادن آنها، چه به صورت تجاوز فیزیکی و چه تجاوز لفظی، ظاهر می‌شود. قرآن کریم در جریان نقل داستان آدم و حوا و فریب خوردن آنها توسط شیطان و اخراجشان از بهشت، به انگیزه تجاوز چنین اشاره می‌کند.

فَأَزَلَّهُمَا الشَّيْطانُ عَنْها فَأَخْرَجَهُما مِمَّا كانا فِيهِ وَ قُلْنَا اهْبِطُوا بَعْضُكُمْ لِبَعْضٍ عَدُوٌّ وَ لَكُمْ فِي الْأَرْضِ مُسْتَقَرٌّ وَ مَتاعٌ إِلى حِينٍ

---

(۱)- طه: ۱۲۰.

(۲)- برای استفاده بیشتر، رک به: علم النفس فی حیاتنا الیومیهٔ، محمد عثمان نجاتی، چاپ ۱۱، کویت: دار القلم، ۱۹۸۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۵۹

«پس شیطان آدم و حوا را به لغزش افکند تا از آن درخت خوردند و بدین عصیان آنان را از آن مقام بیرون آورد، پس گفتیم که از

بهشت فرود آیید که برخی از شما برخی را دشمنید و شما را در زمین تا روز مرگ قرار و آرامگاه خواهد بود.» «۱»

قالَ اهْبِطا مِنْها جَمِیعاً بَعْضُکُمْ لِبَعْضٍ عَدُوٌّ ...

«آن‌گاه خدا به آدم و حوا و شیطان فرمود همه شما از آن جا (بهشت برین) فرود آیید که برخی از شما با برخی دیگر دشمنید.» «۲»

دو آیه فوق به ظلم و تجاوزی اشاره می‌کند که برخی از مردم نسبت به برخی دیگر، به دلیل رقابت و پیروی از خواسته‌های نفس و همچنین در اثر فریب خوردن از شیطان، روا می‌دارند. قرآن همچنین در آیه زیر از سوره بقره به انگیزه تجاوز چنین اشاره می‌کند:

وَ إِذْ قالَ رَبُّکَ لِلْمَلائِکَةِ إِنِّی جاعِلٌ فِی الْأَرْضِ خَلِیفَةً قالُوا أَ تَجْعَلُ فِیها مَنْ یُفْسِدُ فِیها وَ یَسْفِکُ الدِّماءَ وَ نَحْنُ نُسَبِّحُ بِحَمْدِکَ وَ نُقَدِّسُ لَکَ قالَ إِنِّی أَعْلَمُ ما لا تَعْلَمُونَ «به یاد آور هنگامی را که پروردگارت به فرشتگان فرمود من در زمین خلیفه خواهم گماشت. آنها گفتند: آیا می‌خواهی کسانی را بگماری که در زمین فساد می‌کنند و خونها می‌ریزند و حال آن که ما خود تو را تسبیح و تقدیس می‌کنیم.

خداوند فرمود: من چیزهایی از اسرار آفرینش بشر می‌دانم که شما نمی‌دانید؟» «۳» امام فخر رازی در تفسیر این آیه چنین می‌گوید: «وقتی خداوند به فرشتگان وحی کرد که: «من در زمین خلیفه خواهم گماشت» آنها گفتند: «آیا کسی را جانشین می‌کنی که در آن فساد می‌کند.» توضیح مطلب این است که هرگاه شهوت و غضب از یک سوی و عقل از سوی دیگر در کنار هم قرار گیرند، در

---

(۱)- بقره: ۳۶.

(۲)- طه: ۱۲۳.

(۳)- بقره: ۳۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۶۰

چنین حالتی شهوت حاکم و غضب مجری خواهد بود و این باعث بروز فساد از سوی شهوت خواهد شد. گفته خدا به نقل از فرشتگان که (یَسْفِکُ الدِّماءَ، یعنی چنین جانشینی در زمین خونریزی می‌کند) معنایش این است که او (خلیفه) در اثر به کارگیری نیروی غضب این کار را انجام می‌دهد. اما خداوند به فرشتگان فرمود: «إِنِّی أَعْلَمُ ما لا تَعْلَمُونَ، یعنی من آنچه را که شما نمی‌دانید می‌دانم.» «۱»

نخستین تجاوزی که در تاریخ بشری صورت گرفت همان تجاوز قابیل فرزند آدم نسبت به برادرش هابیل بود؛ آن‌گاه که خداوند قربانی برادرش را پذیرفت و قربانی او را رد کرد در نتیجه، حسد بر او چیره شد و برادرش را کشت.

وَ اتْلُ عَلَیْهِمْ نَبَأَ ابْنَیْ آدَمَ بِالْحَقِّ إِذْ قَرَّبا قُرْباناً فَتُقُبِّلَ مِنْ أَحَدِهِما وَ لَمْ یُتَقَبَّلْ مِنَ الْآخَرِ قالَ لَأَقْتُلَنَّکَ قالَ إِنَّما یَتَقَبَّلُ اللَّهُ مِنَ الْمُتَّقِینَ لَئِنْ بَسَطْتَ إِلَیَّ یَدَکَ لِتَقْتُلَنِی ما أَنَا بِباسِطٍ یَدِیَ إِلَیْکَ لِأَقْتُلَکَ إِنِّی أَخافُ اللَّهَ رَبَّ الْعالَمِینَ إِنِّی أُرِیدُ أَنْ تَبُوءَ بِإِثْمِی وَ إِثْمِکَ فَتَکُونَ مِنْ أَصْحابِ النَّارِ وَ ذلِکَ جَزاءُ الظَّالِمِینَ فَطَوَّعَتْ لَهُ نَفْسُهُ قَتْلَ أَخِیهِ فَقَتَلَهُ فَأَصْبَحَ مِنَ الْخاسِرِینَ «و بخوان بر آنها به حقیقت و راستی حکایت دو پسر آدم (هابیل و قابیل) را که تقرّب به قربانی جستند، از یکی پذیرفته شد و از آن دیگری پذیرفته نشد، (قابیل به برادرش هابیل که قربانیش قبول شد) گفت من تو را البته خواهم کشت.

(هابیل) گفت (مرا گناهی نیست) که خدا قربانی متقیان را خواهد پذیرفت. اگر تو به کشتن من دست برآوری من هرگز به کشتن تو دست دراز نخواهم کرد که من از خدای جهانیان می‌ترسم. من می‌خواهم که گناه کشتن من و گناه مخالفت تو هر دو به تو باز گردد تا تو اهل آتش جهنم شوی که آن آتش جزای ستمکاران است.

آن‌گاه (پس از گفتگو) هوای نفس او را بر کشتن برادرش ترغیب کرد تا او را به

---

(۱)- امام فخر الدّین عمر الرازی: النفس و الروح و شرح قواهما با تحقیق محمد صفیر الحسن المعصومی، از انتشارات «معهد الأبحاث الاسلامیة»، کراچی، بدون تاریخ، ص ۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۶۱

قتل رساند و بدین سبب از زیانکاران عالم گردید.» «۱»

قرآن همچنین به رفتار پرخاشگرانه‌ای که گاهی در تعبیرات کلامی از قبیل غیبت و تهمت و یا ناسزاگویی و مسخره کردن دیگران ظاهر می‌شود، اشاره می‌کند. آیات زیر نمونه‌های خوبی برای این مسأله هستند.

یا أَیُّهَا الَّذِینَ آمَنُوا لا تَتَّخِذُوا بِطانَةً مِنْ دُونِکُمْ لا یَأْلُونَکُمْ خَبالًا وَدُّوا ما عَنِتُّمْ قَدْ بَدَتِ الْبَغْضاءُ مِنْ أَفْواهِهِمْ وَ ما تُخْفِی صُدُورُهُمْ أَکْبَرُ قَدْ بَیَّنَّا لَکُمُ الْآیاتِ إِنْ کُنْتُمْ تَعْقِلُونَ «ای اهل ایمان از غیر همدینان خود دوست صمیمی همراز نگیرید چه آن که آنها که به غیر دین اسلامند از خلل و فساد در کار شما ذره‌ای کوتاهی نکنند، آنها همیشه مایلند که شما در رنج و سختی باشید، دشمنی شما را بر زبان هم آشکار سازند در صورتی که محققا آنچه در دل پنهان می‌دارند بیش از آن است که بر زبانشان آشکار می‌شود، ما آیات خود را برای شما بخوبی بیان کردیم اگر عقل و اندیشه به کار بندید.» «۲»

إِنْ یَثْقَفُوکُمْ یَکُونُوا لَکُمْ أَعْداءً وَ یَبْسُطُوا إِلَیْکُمْ أَیْدِیَهُمْ وَ أَلْسِنَتَهُمْ بِالسُّوءِ وَ وَدُّوا لَوْ تَکْفُرُونَ «هرگاه آنها بر شما تسلّط یابند باز همان دشمن دیرینند (اینک هم) هرچه بتوانند به دست و زبان بر عداوت شما می‌کوشند و چقدر دوست می‌دارند که شما باز کافر شوید.» «۳»

---

(۱)- مائده: ۲۷- ۳۰.

(۲)- آل عمران: ۱۱۸.

(۳)- ممتحنه: ۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۶۲

زُیِّنَ لِلَّذِینَ کَفَرُوا الْحَیاةُ الدُّنْیا وَ یَسْخَرُونَ مِنَ الَّذِینَ آمَنُوا ...

«حیات عاریت و متاع دنیوی در نظر کافران جلوه کرد که اهل ایمان را فسوس و مسخره می‌کنند ...» «۱»

الَّذِینَ یَلْمِزُونَ الْمُطَّوِّعِینَ مِنَ الْمُؤْمِنِینَ فِی الصَّدَقاتِ وَ الَّذِینَ لا یَجِدُونَ إِلَّا جُهْدَهُمْ فَیَسْخَرُونَ مِنْهُمْ ...

«آن کسانی که از فرط بخل و بدنفسی عیبجویی می‌کنند از آن مؤمنانی که از فرط سخاوت علاوه بر واجبات به صدقات مستحب نیز فقیران را دستگیری می‌کنند، همچنین مسخره می‌کنند مؤمنانی را که از اندک چیزی که مقدر آنهاست در راه خدا مضایقه نمی‌کنند ...» «۲»

روان شناسان و روان کاوان در خصوص مسأله «پرخاش» که آیا انگیزه‌ای فطری است یا اکتسابی؟، اختلاف نظر دارند، برخی از آنها مانند «فروید»Freud و «لورنز»Lorenz معتقدند که تجاوز، یک انگیزه فطری است. اما، بسیاری از روان‌شناسان دیگر، این موضوع را قبول ندارند، زیرا به نظر آنها قبول این مسأله به معنای داشتن نگرشی منفی و اندیشه‌ای بدبینانه نسبت به سرشت و ذات انسان است. در این بینش، انسان ذاتا و فطرة متمایل به زشتی و تجاوزگری و آزار دادن دیگران معرفی می‌شود. به همین دلیل برخی از روان شناسان دیگر مانند «فروم» و «مازلو» بر جنبه‌های مثبت و همدلی نیکخواهی موجود در سرشت انسان تأکید می‌کنند.

تحقیقات جدید تجربی این موضوع را روشن کرده است که رفتار پرخاشگرانه در کودکان خردسال از وقتی بروز می‌کند که حرکات جسمی آنان مقید و محدود شود این

---

(۱)- بقره: ۲۱۲.

(۲)- توبه: ۷۹. یلمزون یعنی عیبجویی می کنند.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۶۳

محدودیّت حرکات، باعث پیدایش حالت ناکامی و احساس محرومیت در آنها شده و در نتیجه رفتار تجاوزگرانه‌شان ظاهر می‌شود. بعدها در جریان رشد کودک انواع موانع باز دارنده از قبیل موانع اجتماعی و قانونی و اقتصادی و سیاسی و روانی که مسبب ایجاد حالت ناکامی هستند، افزایش می‌یابند. نتیجه برخی از تحقیقات دیگر، این مسأله را ثابت کرده است که حالت ناکامی لزوما به رفتار پرخاشگرانه نمی‌انجامد، بلکه گاهی باعث بروز انواع دیگر رفتار مانند: درخواست کمک و یاری از دیگران، منزوی شدن و پناه بردن به شرب خمر و استعمال مواد مخدّر، نیز می‌شود. در این جا می‌توان از عوامل بسیاری یاد کرد که مربوط به تربیت کودک و رابطه‌اش با والدین و مهارتهای شخصی گذشته وی هستند و به او می‌آموزند که با رفتاری تجاوزگرانه در مقابل ناکامیها واکنش نشان دهد. به همین دلیل بسیاری از روان شناسان جدید، رفتار پرخاشگرانه را- حداقل در بخشی از آن- رفتاری اکتسابی به شمار می آورند. «۱»

این نظریه که بسیاری از روان‌شناسان جدید به آن معتقدند، با آنچه که در قرآن درباره وجود آمادگی و استعداد پذیرش خیر و شرّ در انسان، آمده است، هماهنگی دارد.

وَ هَدَیْناهُ النَّجْدَیْنِ «آیا ما راه خیر و شرّ (حق و باطل) را به او ننمودیم؟» «۲» عوامل بسیاری مانند نحوه تربیت و شرایط رشد اجتماعی و فرهنگی و همچنین یادگیریها و تجارب شخصی انسان باعث می‌شود که او، از دو راه خیر و نیکی و خوشرفتاری با مردم و یا شرّ و ظلم و تجاوز یکی را انتخاب کند. مثلا گاهی انسان می‌آموزد که ناکامی را با رفتاری پرخاشگرانه نسبت به دیگران یا با انزوا و فرو رفتن در

---

(۱)

Morris, Gharles, G.: Psychology, An introduction, ۳ rd- ed. Englewood Cliffs, New Jersey, - ۹۷۹۱, pp. ۸۶۳- ۰۷۳.

(۲)- بلد: ۱۰. یعنی ما راه خیر و شر را به او نشان دادیم و برایش اختیار قایل شدیم: برای اطلاع بیشتر ر. ک. به: المنتخب فی تفسیر القرآن الکریم، ص ۹۰۸، و تفسیر الجلالین، ص ۵۱۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۶۴

خود جبران کند و گاهی هم یاد می گیرد که با اندیشه و تفکر درباره حل مشکلاتی که برایش پیش می‌آید، در برابر ناکامیها بایستد و بکوشد راه حلهای جدیدی که بیشتر به کار غلبه بر مشکلات می‌آیند برای جبران ناکامیها پیدا کند.

۳- انگیزه رقابت

رقابت از آن دسته انگیزه‌های روانی است که انسان آن را از محیط رشد فرهنگی خود فرا می گیرد و تربیت فرد او را به جنبه‌های مثبت و خوب رقابت در جهت ارتقا و پیشرفتش بر اساس ارزشهایی که جامعه به آن پایبند است، هدایت می کند. مثلا گاهی فرد از فرهنگ جامعه خویش رقابت اقتصادی، سیاسی، علمی و یا انواع دیگر رقابت را که در میان مردم در فرهنگهای مختلف بشری رواج دارد، می آموزد.

قرآن مردم را به رقابت در تقوای خدا و کار نیک و پایبندی به ارزشهای والای انسانی و پیروی از روش الهی در زندگی، چه در

رابطه بـا خداونـد متعال یا خانواده و یا جامعه‌شان، تشویق می کنـد، تا از آمرزش و خشـنودی او بهره‌منـد، و سـرانجام به بهشت برین رهسپار شوند و نیز از نعمتهای الهی بهره جویند. خداوند می‌فرماید:

إِنَّ الْأَبْرارَ لَفِی نَعِیمٍ عَلَی الْأَرائِکِ یَنْظُرُونَ تَعْرِفُ فِی وُجُوهِهِمْ نَضْرَهَٔ النَّعِیمِ یُسْقَوْنَ مِنْ رَحِیقٍ مَخْتُومٍ خِتامُهُ مِسْکٌ وَ فِی ذلِکَ فَلْیَتَنافَسِ الْمُتَنافِسُونَ «محققاً نیکوکاران در بهشت ابـد متنعمنـد. آن جا بر تخت عزّت (تکیه زننـد و) نعمتهای خدا را بنگرند. و در رخسارشان نشـاط و شادمـانی نعیم بهشتی پدیـدار است. و (ساقیـان حور و غلمان) به آنها شـراب ناب سـر به مهر بنوشاننـد. که به مشـکش مهر کرده‌اند و عاقلان بر این نعمت و شادمانی ابدی باید به شوق و رغبت بکوشند (نه بر نعمت فانی دنیا).» «۱»

---

(۱)- مطففین: ۲۲- ۲۶.

وَ لِکُلٍّ وِجْهَهٌٔ هُوَ مُوَلِّیها فَاسْتَبِقُوا الْخَیْراتِ ...

«هر کسـی را راهی است به سوی حق (یا قبله‌ای است در دین خود) که بدان راه یابد و به آن قبله روی نماید پس بشـتابید به خیرات ...» «۱»

سابِقُوا إِلی مَغْفِرَهٍٔ مِنْ رَبِّکُمْ وَ جَنَّهٍٔ عَرْضُـها کَعَرْضِ السَّماءِ وَ الْأَرْضِ أُعِـدَّتْ لِلَّذِینَ آمَنُوا بِاللَّهِ وَ رُسُـلِهِ ذلِکَ فَضْلُ اللَّهِ یُؤْتِیهِ مَنْ یَشاءُ وَ اللَّهُ ذُو الْفَضْـلِ الْعَظِیمِ « (ای بنـدگان) به سوی آمرزش پروردگارتـان بشـتابید و به راه بهشتی که عرض آن به قـدر پهنـای آسـمان و زمین است، آن بهشت (بـدین وسـعت) برای اهل ایمان به خـدا و پیغمبرانش مهیّا گردیـد، این فضل خـداست که به هر کس خواهد عطا می کند و فضل و کرم خدا بسیار عظیم است.» «۲»

... فَاسْتَبِقُوا الْخَیْراتِ إِلَی اللَّهِ مَرْجِعُکُمْ جَمِیعاً فَیُنَبِّئُکُمْ بِما کُنْتُمْ فِیهِ تَخْتَلِفُونَ ...

«... پس به کارهای نیک سـبقت گیریـد که بازگشت همه شـما به سوی خـداست و در آنچه اختلاف می کنیـد شـما را به جزای آن آگاه خواهد ساخت.» «۳»

۴- انگیزه دینداری

انگیزه دینداری یک انگیزه روانی است که ریشه فطری در سرشت انسان دارد، زیرا انسان در اعماق وجود خود انگیزه‌ای را احساس می کند که او را به تحقیق و تفکر درباره آفریدگار خویش و جهان هستی و عبادت و چاره‌جویی از او و پناه بردن به او وا می‌دارد و به هنگـام فشـار مشـکلات و گرفتاریهـای زنـدگی، از او کمـک می‌خواهـد. اصولاـ انسـان امنیت و آرامش خویش را در حمـایت و سرپرستی خداوند از خود می‌یابد، و اگر به رفتار

---

(۱)- بقره: ۱۴۸.

(۲)- حدید: ۲۱.

(۳)- مائده: ۴۸.

انسـان در همه ادوار تاریـخ و در جوامـع گونـاگون بشـری بنگریم این موضـوع را به طور آشـکار در خواهیم یـافت. هر چنـد تصور انسانهـا در جوامع گونـاگون و در طول قرنهـای مختلف تاریـخ، درباره ذات خـدا و روشـی که برای عبادتش داشـتند، از نظر سـطح انـدیشه و درجه تکامـل فرهنگی، تفاوتهـایی بـا هم دارد امـا تمـام این تفاوتهـا که در تصور انسانهـا از ذات خـدا و روش عبـادت او

مشاهـده می‌شود، تنها تفاوت در روش تعبیر و تبیین همان انگیزه فطری دینداری است که در اعماق نفس بشـر وجود دارد. برخی از آیات قرآن کریم این موضوع را که انگیزه دینداری، یک انگیزه فطری است روشن می‌کنند. خداوند می‌فرماید:
فَأَقِمْ وَجْهَکَ لِلـدِّینِ حَنِیفاً فِطْرَتَ اللَّهِ الَّتِی فَطَرَ النَّاسَ عَلَیْها لا تَبْدِیلَ لِخَلْقِ اللَّهِ ذلِکَ الدِّینُ الْقَیِّمُ وَ لکِنَّ أَکْثَرَ النَّاسِ لا یَعْلَمُونَ «پس تو ای رسول (با همه پیروانت) مستقیم روی به جانب آیین پاک اسلام آور و پیوسته از طریق دین خدا که فطرت خلق را بر آن آفریده است پیروی کن که هیچ تغییری در خلقت خدا نباید داد، این است آیین اسـتوار حق و لیکن اکثر مردم از این حقیقت آگاه نیستند.» «۱»

خداونـد در این آیه یادآوری می‌کنـد که در فطرت یعنی در آفرینش و سـرشت انسان نوعی اسـتعداد فطری وجود دارد که می‌تواند شگفتیهای مخلوقات خدا را درک، و از طریق آنها بر وجود و یگانگی خدا استدلال کند. «۲» خداوند همچنین می‌فرماید:
وَ إِذْ أَخَذَ رَبُّکَ مِنْ بَنِی آدَمَ مِنْ ظُهُورِهِمْ ذُرِّیَّتَهُمْ وَ أَشْـهَدَهُمْ عَلی أَنْفُسِـهِمْ أَ لَسْتُ بِرَبِّکُمْ قالُوا بَلی شَهِدْنا أَنْ تَقُولُوا یَوْمَ الْقِیامَهِٔ إِنَّا کُنَّا عَنْ هذا غافِلِینَ

---

(۱)- روم: ۳۰.

(۲)- تفسیر قرطبی: ج ۱۴، ص ۲۹، تفسیر الجلالین، ص ۳۴۰، ۳۴۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۶۷

«و (ای رسول ما) به یاد آور (و خلق را متـذکر ساز) هنگامی که خـدای تو از پشت فرزنـدان آدم، ذریّه آنها را بر گرفت و آنها را بر خود گواه ساخت که من پروردگار شـما نیسـتم؟ همه گفتند: بلی ما به خدایی تو گواهی دهیم که دیگر در روز قیامت نگویید ما از این واقعه (قیامت و یا از معرفت و یکتایی خدا) غافل بودیم.» «۱»

خداوند در این آیه بیان می‌کند که از پشت آدم و فرزندانش، نسل او را به طور متوالی و پی‌درپی در عالم «ذر» به شکل ذره آفریده است و این خلقت قبل از آفرینش آنها در این دنیا بود. و از آنها با این جمله «آیا من پروردگار شما نیستم؟» شهادت خواست و آنها هم پاسـخ دادند که: «آری، به این امر گواهی می‌دهیم». خداوند می‌فرماید، به این دلیل از آنها درباره ربوبیّت خود گواهی مزبور را طلب کرد که شما در روز قیامت نگویید ما از توحید غافل بودیم یا از آن آگاهی نداشتیم. «۲»

مطلب فوق این موضوع را روشن می‌کند که در سرشت آفرینش انسان، استعداد فطری خداشناسی و یکتاپرستی وجود دارد. بنابراین اعتراف به خداوندی خدا ریشه در فطرت انسان دارد و از ازل در اعماق روحش وجود داشته است. اما، آمیخته شدن روح با جسم و سرگرم شـدن انسان به خواسـته‌های جسـمی و خواسـته‌های مختلف دیگر که لازمه زنـدگی دنیوی و زمینی است، باعث شد که این شنـاخت و آگاهی نسـبت به خـدا و اسـتعداد فطری یکتاگرایی انسان، در معرض غفلت قرار گیرد و به دست فراموشـی سپرده، و نیز توسط احساس ناخودآگاه انسان، به کناری نهاده شود. بنابراین، انسان نیاز به چیزی دارد که این استعداد فطری را در او بیدار کند و غبار فراموشـی از چهره‌اش بزدایـد و آن را در اعماق ناخودآگاهش برانگیزانـد تا به طور واضح و آشـکار ادراک و احساس شود. و این امر از طریق تعامـل انسـان با هستی و نگرش او به شـگفتیهایی که خـدا در وجود خود وی و سایر مخلوقات و کل هستی آفریـده است، صورت می‌گیرد.

از جمله عواملی که به بیداری و فعال شدن انگیزه دینداری در انسان کمک می‌کند،

---

(۱)- اعراف: ۱۷۲.

(۲)- تفسیر ابن کثیر: ج ۲، ص ۲۶۲؛ تفسیر الجلالین، ص ۱۱۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۶۸

وجود خطرهایی است که در برخی اوقات زندگی، او را تهدید می‌کنند و تمام راههای نجات را در برابرش می‌بندند بطوری که هیچ گریزگاهی جز پناه بردن به خدا ندارد. در این جاست که انسان با همان انگیزه فطری به سوی خدا کشیده می‌شود و از او برای برطرف کردن خطر، کمک و یاری می‌جوید. «۱» خداوند در این مورد می‌فرماید:

هُوَ الَّذِی یُسَیِّرُکُمْ فِی الْبَرِّ وَ الْبَحْرِ حَتَّی إِذا کُنْتُمْ فِی الْفُلْکِ وَ جَرَیْنَ بِهِمْ بِرِیحٍ طَیِّبَةٍ وَ فَرِحُوا بِها جاءَتْها رِیحٌ عاصِفٌ وَ جاءَهُمُ الْمَوْجُ مِنْ کُلِّ مَکانٍ وَ ظَنُّوا أَنَّهُمْ أُحِیطَ بِهِمْ دَعَوُا اللَّهَ مُخْلِصِینَ لَهُ الدِّینَ لَئِنْ أَنْجَیْتَنا مِنْ هذِهِ لَنَکُونَنَّ مِنَ الشَّاکِرِینَ «اوست آن که شما را در خشکی و دریا سیر می‌دهد تا آنگاه که در کشتی نشینید و باد ملایمی کشتی را به حرکت آورد و شما شادمان و خوشوقت باشید که ناگاه باد تندی بوزد و کشتی از هر جانب به امواج خطر افتد و خود را در ورطه هلاکت بینید، آن زمان خدا را به اخلاص و دین فطرت بخوانید که بار خدایا اگر ما را از این خطر نجات بخشی دیگر همیشه (از کفر و عصیان دست کشیده) شکر و سپاس تو خواهیم کرد.» «۲»

قُلْ مَنْ یُنَجِّیکُمْ مِنْ ظُلُماتِ الْبَرِّ وَ الْبَحْرِ تَدْعُونَهُ تَضَرُّعاً وَ خُفْیَةً لَئِنْ أَنْجانا مِنْ هذِهِ لَنَکُونَنَّ مِنَ الشَّاکِرِینَ «بگو (ای پیامبر) آن کیست که شما را از تاریکیها و سختیهای بیابان و دریا نجات می‌دهد که او را به تضرع و زاری و از باطن قلب می‌خوانید که اگر ما را از این مهلکه نجات داد پیوسته شکر گزار او هستیم.» «۳»

---

(۱)- البهی الخولی: آدم علیه السّلام. فلسفهٔ تقویم الانسان و خلافته، چاپ سوم، قاهره: کتابخانه وهبه، ۱۹۷۴، ص ۱۷۶.

(۲)- یونس: ۲۲.

(۳)- انعام: ۶۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۶۹

ج- انگیزه‌های ناخودآگاه

گاهی انسان تمایلات و انگیزه‌هایی نامطلوب و یا نگران کننده در خود احساس می‌کند و می‌کوشد آنها را از حوزه شعور و احساس خود دور سازد و این در نهایت، منجر به نابودی و بایگانی آنها در ضمیر ناخودآگاه وی می‌شود. اما بسیار اتفاق می‌افتد که انسان همین تمایلات و انگیزه‌ها را به طور ناخودآگاه و در شکل لغزشهای زبانی و اشتباهات کلامی آشکار سازد.

قرآن به برخی از انگیزه‌های ناخودآگاه که در درون انسان وجود دارند و او می‌کوشد آنها را کتمان و پنهان کند، اما به هر حال از طریق لغزشهای زبانی آنها را بروز می‌دهد چنین اشاره می‌فرماید:

أَمْ حَسِبَ الَّذِینَ فِی قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ أَنْ لَنْ یُخْرِجَ اللَّهُ أَضْغانَهُمْ وَ لَوْ نَشاءُ لَأَرَیْناکَهُمْ فَلَعَرَفْتَهُمْ بِسِیماهُمْ وَ لَتَعْرِفَنَّهُمْ فِی لَحْنِ الْقَوْلِ وَ اللَّهُ یَعْلَمُ أَعْمالَکُمْ «آیا آنان که در دل، مرض (نفاق پنهان) دارند، پندارند که خدا کینه درونی آنها را بر اهل ایمان آشکار نمی‌سازد؟ و اگر ما می‌خواستیم حقیقت را به وحی بر تو آشکار می‌ساختیم تا به باطن آنها از سیمای ظاهرشان پی برده و در طیّ سخن، آنها را کاملا بشناسی و خدا به همه کارهای شما بندگان آگاه است.» «۱»

در این زمینه از عثمان بن عفان سخنی به این مضمون نقل می‌کنند: «هیچ کس رازی را پنهان نمی‌کند مگر این که خداوند آن را در چهره و در لغزش زبانش آشکار می‌سازد.» «۲»

همچنین در حدیث نبوی چنین آمده است:

«ما أسرّ أحد سریرة إلّا کساه اللّه جلبابها إن خیرا فخیر، و إن شرّا فشرّ»

(۱)- محمد: ۲۹- ۳۰.

(۲)- تفسیر ابن کثیر: ج ۴، ص ۱۸۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۷۰

«هیچ کس رازی را پنهان نمی‌کند مگر این که خدا لباس آن را بر او می‌پوشاند (آشکارش می‌کند) که اگر آن راز خیر باشد لباس خیر و اگر شر باشد لباس شرّ بر آن می‌پوشاند.» «۱»

ما در فصل نهم، در جریان بحث درباره «شخصیت» خواهیم دید که قرآن به برخی از ترفندهای ناخودآگاه عقل مانند توجیه، فرافکنی، و ابراز واکنش، اشاراتی دارد. این موضوع روشن می‌کند که قرآن حتی چهارده قرن پیش از تحقیقات فروید، بنیانگذار نظریه روان‌کاوی، جنبه‌های ناخودآگاه رفتار انسان را مطرح کرده است.

د- برخورد انگیزه‌ها

هرگاه در انسان برخی از انگیزه‌ها با هم درگیر شوند، مثلا انگیزه‌ای انسان را به یک‌سو و انگیزه‌ای دیگر به سوی مقابل بکشانند در این صورت به انسان حالتی دست می‌دهد که احساس سرگردانی و تردید می‌کند و از تصمیم‌گیری درباره تعیین سمت حرکت و شیوه عمل خود ناتوان می‌شود. چنین حالتی را «درگیری روانی» می‌گویند.

قرآن این درگیری روانی را که اشخاصی که در برابر ایمان موضعی مشکوک و تردید آمیز دارند از آن رنج می‌برند، بخوبی تصویر می‌کند. این گونه افراد کسانی هستند که نه کاملا به سوی ایمان می‌آیند و نه به طور کامل به طرف کفر می‌روند بلکه در انتخاب ایمان و کفر مرددند و نمی‌توانند در این باره تصمیم نهایی را اتخاذ کنند.

قُلْ أَ نَدْعُوا مِنْ دُونِ اللَّهِ ما لا یَنْفَعُنا وَ لا یَضُرُّنا وَ نُرَدُّ عَلى أَعْقابِنا بَعْدَ إِذْ هَدانَا اللَّهُ کَالَّذِی اسْتَهْوَتْهُ الشَّیاطِینُ فِی الْأَرْضِ حَیْرانَ لَهُ أَصْحابٌ یَدْعُونَهُ إِلَى الْهُدَى ائْتِنا ...

« (ای پیامبر) بگو که ما چرا خدا را رها کرده و چیزی را مانند بتان که هیچ قادر بر نفع و ضرر ما نباشند به خدایی بخوانیم و باز به خوی جاهلیت بعد از آن که خدا

(۱)- مأخذ فوق، ص ۱۸۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۷۱

ما را هدایت کرد، برگردیم، همانند کسی که بر اثر وسوسه‌های شیاطین راه را گم کرده و سرگردان مانده، در حالی که یارانی هم دارد که او را به هدایت دعوت می‌کنند که به سوی ما بیا ...» «۱»

در این آیه حالت درگیری روانی و سرگردانی و تردید ناشی از آن، بدقت توصیف شده است. از یک طرف شیاطین انسان را وسوسه می‌کنند و به سوی گمراهی و کفر می‌کشانند و از سوی دیگر دوستان مؤمنش او را به هدایت و ایمان می‌خوانند و او در میان این دو کشش و جاذبه در حالتی از سرگردانی و پریشانی فکر و تردید قرار دارد.

قرآن همچنین حالت شک و سرگردانی و دودلی و اضطراب را که از درگیری روانی میان کفر و ایمان ناشی می‌شود، چنین توصیف می‌کند:

إِنَّما یَسْتَأْذِنُکَ الَّذِینَ لا یُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَ الْیَوْمِ الْآخِرِ وَ ارْتابَتْ قُلُوبُهُمْ فَهُمْ فِی رَیْبِهِمْ یَتَرَدَّدُونَ «تنها آنهایی که ایمان به خدا و روز قیامت نیاورده و دلهاشان در شک و ریب است از تو اجازه معافی از جهاد می‌خواهند و آن منافقان پیوسته در تیرگی شک و تردید

خواهند ماند.» «۲»

إِنَّ الْمُنافِقِينَ يُخادِعُونَ اللَّهَ وَ هُوَ خادِعُهُمْ وَ إِذا قامُوا إِلَى الصَّلاةِ قامُوا كُسالى يُراؤُنَ النَّاسَ وَ لا يَذْكُرُونَ اللَّهَ إِلَّا قَلِيلًا مُذَبْذَبِينَ بَيْنَ ذلِكَ لا إِلى هؤُلاءِ وَ لا إِلى هؤُلاءِ وَ مَنْ يُضْلِلِ اللَّهُ فَلَنْ تَجِدَ لَهُ سَبِيلًا «همانا منافقان با خدا مکر و حیله می‌کنند و خدا نیز با آنها مکر می‌کند (یعنی مکرشان را باطل می‌سازد) و چون به نماز آیند با حال بی‌میلی و کسالت و برای

---

(۱)– انعام: ۷۱.

(۲)– توبه: ۴۵.

ریاکاری آینـد و ذکر خـدا را جز انـدک (آن هم به قصـد ریا) نکنند. دودل و مردد باشـند نه به سوی مؤمنان یکدل می‌روند و نه به جانب کافران و هر که را خدا گمراه کند (یعنی به اختیار خود راه ضـلالت را بگزیند خدا او را به خود واگذارد تا گمراه شود) پس هرگز او را به راه راست نخواهی یافت.» «۱»

قرآن همچنیـن حـالت درگیری روانی برخی افراد سـرگردان و مردد را کـه نمی‌دانسـتند آیـا بـا مسـلمانان بجنگنـد و یـا بـا اقـوام و خویشاونـدان مشـرک خود، و این درگیری روانی در آنهـا حـالتی از سـرگردانی و حیرت و مشـکل ایجاد کرده بود، چنین توصـیف می‌کند:

إِلَّا الَّذِينَ يَصِلُونَ إِلى قَوْمٍ بَيْنَكُمْ وَ بَيْنَهُمْ مِيثاقٌ أَوْ جاؤُكُمْ حَصِرَتْ صُدُورُهُمْ أَنْ يُقاتِلُوكُمْ أَوْ يُقاتِلُوا قَوْمَهُمْ ...

«مگر آنان که به قومی که میان شـما و آنها عهد و پیمانی است در پیوسـته باشند یا بر این عهد نزد شما آیند که از جنگ با شما و یا قوم خودشان که دشـمنان شـما هسـتند هر دو خودداری کننـد و از جنگ دلتنگ باشـند (با این دو طایفه از کافران که در حقیقت به شما پناهنده شده‌اند نباید قتال کنید) ...» «۲»

ه. غلبه بر انگیزه‌ها

از مجموع مطـالب گذشـته این مسأله روشن می‌شود که خواست خداونـد متعـال چنین است که در فطرت و سـرشت انسان و حیوان یـک سـری انگیزه‌هـای فیزیولوژیـک قرار دهـد تا اهـداف خداونـدی، که همان حفظ وجود و بقای نوع است، تحقق یابـد. بنابراین، بدیهی است که اشـباع این انگیزه‌ها امری طبیعی باشد که فطرت و سـرشت وجودی انسان و حیوان آن را می‌طلبد و لازم دارد، چون به طور کلی ادامه زنـدگی و بقـای نوع، به اشـباع آنها وابسته است. به همین دلیل احکام و فرامین قرآن در خصوص این انگیزه‌ها با فطرت انسان هماهنگی دارد زیرا، قرآن این انگیزه‌ها را می‌پذیرد و به آنها اقرار می‌کند و

---

(۱)– نساء: ۱۴۲، ۱۴۳.

(۲)– نساء: ۹۰.

در حدودی که شرع مقدس اجازه می‌دهد، خواهان اشباع آنهاست. نه در قرآن و نه در سنت مطلبی که نشان دهنده پست شمردن یا انکار و یا دعوت به سـرکوبی این انگیزه‌ها باشـد، وجود نـدارد. قرآن و همچنین سـنّت، انسانها را تنها به تسلط و حکومت کردن بر انگیزه‌ها دعوت می‌کنـد و از آنها می‌خواهـد که فقط در حـدودی که دین اجازه می‌دهـد- بدون زیاده‌روی و تجاوز از این حدود- انگیزه‌های خود را اشباع کنند و این موضوع، هم به سود فرد و هم به سود جامعه است.

در این‌جا لازم است، فرق میان دو واژه کنترل و سرکوبی را در ارتباط با انگیزه‌ها بیان کنیم. کنترل، به معنای بازداشتن ارادی یک انگیزه، یا تمایل و مقاومت در برابر اشباع آن، در شرایط نامناسب است. اما، بطور کلی به معنای قبول نداشتن و نپذیرفتن آن نمی‌باشد زیرا ممکن است در مواقع مناسب دیگر، به آن اجازه فعالیت داد و اشباعش کرد. اما سرکوبی یک انگیزه، به معنای انکار و نپذیرفتن و پست شمردن و یا ترس از آن است و انسان می کوشد بطور کلی آن را از حوزه آگاهی و شعور خود دور سازد، تا از احساس گناه و نگرانی- که از آن انگیزه ناشی می‌شود- رهایی یابد به نحوی که این مسأله منجر به سرکوب آن در ضمیر ناخودآگاه انسان می‌شود. بنابراین، مفهوم سرکوبی یک انگیزه این است که فعلا از دایره آگاهی و شعور، دور شده و در اعماق ضمیر ناخودآگاه انسان مدفون گشته اما در آن جا بطور کلی نابود نشده است، بلکه با روشها و حیله‌های ناخودآگاهانه می کوشد همواره خود را به صورتی مطرح کند و همین مسأله موجب پیدایش عوارض گوناگونی می‌شود که ناشی از اضطراب و تزلزل در رفتار انسان هستند.

قرآن نمی گوید انگیزه‌های فطری را به آن معنایی که در بالا- گفتیم سرکوب کنیم، بلکه از ما می‌خواهد آنها را کنترل کنیم و بر آنها تسلط یابیم و طوری هدایتشان کنیم که هم منافع فرد و هم منافع جامعه به شایستگی، حفظ و رعایت شود؛ یعنی طوری باشد که فرد بر انگیزه‌های خود مسلط شود و آنها را ارشاد و هدایت کند نه این که انگیزه‌ها بر او غلبه کنند و راهنمای کارهایش باشند. نظر قرآن را- آن جا که به مشروعیت اشباع انگیزه‌های فیزیولوژیک اعتراف می کند- می‌توان بروشنی در آیات زیر مشاهده کرد:

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۷۴

یا أَیُّهَا النَّاسُ کُلُوا مِمَّا فِی الْأَرْضِ حَلالًا طَیِّباً وَ لا تَتَّبِعُوا خُطُواتِ الشَّیْطانِ إِنَّهُ لَکُمْ عَدُوٌّ مُبِینٌ «ای مردم، از آنچه در زمین است حلال و پاکیزه را تناول کنید و از وسوسه‌های شیطان پیروی نکنید که محققا او برای شما دشمن آشکاری است.» «۱»

یا أَیُّهَا الَّذِینَ آمَنُوا کُلُوا مِنْ طَیِّباتِ ما رَزَقْناکُمْ وَ اشْکُرُوا لِلَّهِ إِنْ کُنْتُمْ إِیَّاهُ تَعْبُدُونَ «ای اهل ایمان از روزی حلال و پاکیزه که ما نصیب شما کرده‌ایم بخورید و شکر خدا را به جای آورید اگر تنها او را می‌پرستید.» «۲»

یا أَیُّهَا الَّذِینَ آمَنُوا لا تُحَرِّمُوا طَیِّباتِ ما أَحَلَّ اللَّهُ لَکُمْ وَ لا تَعْتَدُوا إِنَّ اللَّهَ لا یُحِبُّ الْمُعْتَدِینَ وَ کُلُوا مِمَّا رَزَقَکُمُ اللَّهُ حَلالًا طَیِّباً وَ اتَّقُوا اللَّهَ الَّذِی أَنْتُمْ بِهِ مُؤْمِنُونَ «ای اهل ایمان حرام مکنید طعامهای پاکیزه‌ای که خدا برای شما حلال کرده است و ستم مکنید که خدا ستمکاران را دوست نمی‌دارد. و از هر چیز حلال و پاکیزه‌ای که خدا روزی شما کرده است بخورید و بپرهیزید از آن خدایی که به او گرویده‌اید.» «۳»

... کُلُوا وَ اشْرَبُوا مِنْ رِزْقِ اللَّهِ ...

«... از روزی خدا بخورید و بیاشامید ...» «۴»

---

(۱)- بقره: ۱۶۸.

(۲)- بقره: ۱۷۲.

(۳)- مائده: ۸۷، ۸۸.

(۴)- بقره: ۶۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۷۵

یا بَنِی آدَمَ خُذُوا زِینَتَکُمْ عِنْدَ کُلِّ مَسْجِدٍ وَ کُلُوا وَ اشْرَبُوا وَ لا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لا یُحِبُّ الْمُسْرِفِینَ قُلْ مَنْ حَرَّمَ زِینَةَ اللَّهِ الَّتِی أَخْرَجَ لِعِبادِهِ وَ الطَّیِّباتِ مِنَ الرِّزْقِ قُلْ هِیَ لِلَّذِینَ آمَنُوا فِی الْحَیاةِ الدُّنْیا خالِصَةً یَوْمَ الْقِیامَةِ کَذلِکَ نُفَصِّلُ الْآیاتِ لِقَوْمٍ یَعْلَمُونَ «ای فرزندان آدم، زیورهای خود در مقام عبادت برگیرید و هم از نعمتهای خدا بخورید و بیاشامید و اسراف مکنید که خدا مسرفان را دوست

نمی‌دارد. بگو (ای پیامبر) چه کسی زینتهای خدا را که برای بندگان خود آفریده، حرام کرده و از صرف رزق حلال و پاکیزه منع کرده است؟ بگو این نعمتها در دنیا برای اهل ایمان است و خالص اینها (یعنی لذت کامل بدون رنج) و نیکوتر از اینها در آخرت برای آنان خواهد بود. ما آیات خود را برای اهل دانش چنین بیان می‌کنیم.» «۱»

وَ أَنْكِحُوا الْأَيامى مِنْكُمْ وَ الصَّالِحِينَ مِنْ عِبادِكُمْ وَ إِمائِكُمْ إِنْ يَكُونُوا فُقَراءَ يُغْنِهِمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ وَ اللَّهُ واسِعٌ عَلِيمٌ «و البته باید مردان بی‌زن و زنان بی‌شوهر و کنیزان و بندگان خود را به نکاح یکدیگر درآورید (تا میان مؤمنین مرد بی‌زن و زن بی‌شوهر باقی نماند و از فقر مترسید که) اگر مرد و زنی فقیرند خدا به لطف خود آنان را بی‌نیاز و مستغنی خواهد فرمود و خدا به احوال بندگان آگاه و رحمتش وسیع است.» «۲»

وَ إِنْ خِفْتُمْ أَلَّا تُقْسِطُوا فِي الْيَتامى فَانْكِحُوا ما طابَ لَكُمْ مِنَ النِّساءِ مَثْنى وَ ثُلاثَ وَ رُباعَ فَإِنْ خِفْتُمْ أَلَّا تَعْدِلُوا فَواحِدَةً أَوْ ما مَلَكَتْ أَيْمانُكُمْ ذلِكَ أَدْنى أَلَّا تَعُولُوا «و اگر بترسید که مبادا درباره یتیمان مراعات عدل و داد نکنید، پس آن کس از زنان را به نکاح خود درآورید که برای شما نیکو و مناسب با عدالت است: دو یا

---

(۱)- اعراف: ۳۱، ۳۲.

(۲)- نور: ۳۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۷۶

سه یا چهار. و اگر بترسید که چون آنان زنان گیرید راه عدالت نپیموده و به آنها ستم کنید پس تنها یک زن اختیار کرده و یا چنانچه کنیزی دارید به آن اکتفا کنید که این نزدیکتر به عدالت و ترک ستمکاری است.» «۱»

نِساؤُكُمْ حَرْثٌ لَكُمْ فَأْتُوا حَرْثَكُمْ أَنَّى شِئْتُمْ ...

«زنان شما کشتزار شمایند، پس برای کشت به آنها نزدیک شوید هرگاه که می‌خواهید ...» «۲»

آیات فوق این موضع را روشن می‌کنند که قرآن نه تنها انسان را به نپذیرفتن و سرکوب کردن انگیزه‌های فطریش دعوت نمی‌کند، بلکه او را از درگیری روانی- که نتیجه عدم قبول انگیزه جنسی و سرکوب آن است- برحذر می‌دارد، درگیریی که مسبب بروز عوارض اضطراب‌آمیز در رفتار انسان می‌شود. ولی با این حال قرآن انسان را افسار گسیخته رها نمی‌سازد که انگیزه‌های فطریش را بی‌حساب و افراطی، اشباع کند بلکه او را به سازماندهی اشباع انگیزه‌ها و در دست گرفتن زمام آنها دعوت می‌کند. «۳»

اصولا- هیچ اشکالی ندارد که انسان از طریق ارضای انگیزه‌های خود از راه حلال و مشروع لذّت ببرد. قرآن در مسائل مربوط به ارضای انگیزه‌های فطری، انسان را به دو نوع سازماندهی دعوت می‌کند:

اول ارضای انگیزه‌ها از طریق حلال، که شرع مقدس تشریع و تجویز کرده است و دوم عدم اسراف در ارضای آنها.

درباره نخستین سازماندهی برای ارضای انگیزه‌های فیزیولوژیک، که همان اشباع از

---

(۱)- نساء: ۳.

(۲)- بقره: ۲۲۳.

(۳)- ر. ك، به: الانسان بين المادية و الاسلام، محمد قطب، چاپ سوم، قاهره: عيسى البابى الحلبى و شركا، ۱۹۶۰، ص ۸۴- ۹۱ و محمد قطب: منهج التربية الاسلامية، چاپ دوم، بيروت: دار الشروق (بدون تاريخ)، ص ۱۲۸، ۱۲۹، ۱۴۵.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۷۷

راه حلال باشد، قرآن ما را از اشباع انگیزه گرسنگی از طریق حرام، و همچنین از خوردن انواعی از خوردنیها- به دلیل ضرری که

برای تندرستی انسان دارند- و یا از نوشیدن شراب- که برای سلامت جسم و عقل مضرّ است- باز می‌دارد. قرآن همچنین انسان را از اشباع انگیزه جنسی از طریق نامشروع- به دلیل ضررهای فراوان بهداشتی و اجتماعی- نهی می کند. خداوند با آفریدن جنس نر و ماده، برنامه ارضای انگیزه جنسی را برای انسان منظم کرده است و زندگی مشترک زن و شوهر در خانواده را وسیله‌ای قرار داده است برای ارضای انگیزه جنسی و تحقق امنیت و آرامش برای آنها، چرا که زندگی خانوادگی توأم با محبت و عشق و همکاری و فداکاری است.

وَ مِنْ آیاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَکُمْ مِنْ أَنْفُسِکُمْ أَزْواجاً لِتَسْکُنُوا إِلَیْها وَ جَعَلَ بَیْنَکُمْ مَوَدَّةً وَ رَحْمَةً إِنَّ فِی ذلِکَ لَآیاتٍ لِقَوْمٍ یَتَفَکَّرُونَ «و باز یکی از آیات لطف الهی آن است که برای شما از جنس خودتان جفتی بیافرید که در کنار او آرامش یافته و با هم انس گیرید و میان شما رأفت و مهربانی برقرار فرمود، و در این امر نیز برای مردم با فکرت، ادلّه علم و حکمت حق آشکار است.» «۱»

... هُنَّ لِباسٌ لَکُمْ وَ أَنْتُمْ لِباسٌ لَهُنَّ ...

«... آنها (زنان) جامه ستر و عفاف شما و شما نیز لباس عفت آنها هستید ...» «۲»

اما اگر شرایط مساعد برای ازدواج انسان فراهم نباشد باید در حفظ عفاف و پاکدامنی و تسلط بر غریزه جنسی و سرکوبی آن، تا حصول شرایط مقتضی

---

(۱)- روم: ۲۱.

(۲)- بقره: ۱۸۷.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۷۸

بکوشد. «۱»

وَ لْیَسْتَعْفِفِ الَّذِینَ لا یَجِدُونَ نِکاحاً حَتَّی یُغْنِیَهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ ...

«و آنان که وسیله نکاح نیابند باید عفت نفس پیشه کنند تا خدا آنها را به لطف خود بی‌نیاز گرداند ...» «۲»

قرآن، جوانان مسلمان را به زندگی در جامعه و محیطی تشویق می کند که در غلبه بر انگیزه جنسی به آنها کمک کند و آنها را در معرض چیزهایی قرار ندهد که سبب برانگیختن و تحریک غریزه جنسی شوند. از این رو قرآن از مردان مسلمان می‌خواهد که از نگاه نامشروع، خودداری کنند، چنان که از زنان نیز می‌خواهد زینت و آرایش و

---

(۱)- شایسته یادآوری است که اغلب بیماران روانی (پسیکونورزها) که زیگموند فروید به درمان آنها می‌پرداخت در جوامع مسیحی اروپا زندگی می کردند و در آن زمان در جوامع مزبور، غریزه جنسی به عنوان یک انگیزه ناپسند که باید نابود شود، تلقی می‌شد. از این رو تعجبی نداشت که فروید بین سرکوبی انگیزه جنسی و بروز بیماریهای روانی رابطه برقرار کند با این که بعضی از شاگردان فروید مانند آدلر و یونگ و روان کاوان دیگری چون کارن هورنای و اریک فروم با او در توجه زاید الوصفش به غریزه جنسی و پافشاری فراوانش روی این موضوع که امراض روانی در واقع از سرکوب غریزه جنسی ناشی می‌شوند، موافق نیستند. اما این نکته نیز شایان توجه است که حتی اگر برخی از نتایج به دست آمده توسط فروید در مورد برخی از حالتها در جامعه خودش درست باشد، لازمه‌اش این نیست که نتایج مزبور در جوامع دیگری که از نظر فرهنگی با جامعه فروید متفاوت هستند، نیز صحیح باشد. از مطالبی که ما درباره دیدگاه اسلام پیرامون انگیزه جنسی و پذیرش آن و عدم تلقی‌اش به عنوان پدیده‌ای ناخوشایند که باید از بین برود، گفتیم، روشن می‌شود که ما از یک جامعه اسلامی که فرزندانش را بر اساس معیارهای درست اسلامی تربیت می کند و جوانانش را به ازدواج زود هنگام تشویق می‌نماید و خود را از قید آداب و رسومی که مانع تحقق این اهداف هستند، رها

می کند، توقع و انتظار نداریم که لزوما غریزه جنسی را سرکوب و نابود کند. همچنان که فکر نمی‌کنیم اگر جوانان را طوری تربیت کنیم که بر انگیزه جنسی خود مسلط شوند و آن را تا فرا رسیدن زمان مناسب برای ازدواج از اشباع باز دارند، ضرری متوجه سلامت روانی آنها شود. البته این موضوع تا وقتی درست است که جوانان به مسائل عبادی، بویژه روزه به عنوان وسیله‌ای که به آنها کمک می‌کند تا بر نیروی غریزی تسلط یابند و آن را والایش دهند، روی بیاورند. همچنین امکانات دیگر والایش انگیزه‌ها مانند ورزشهای بدنی، مشارکت در انواع فعالیتهای اجتماعی و اشتغال به تحصیل علم و ادب و هنر، نیز باید برایشان فراهم شود.

(۲)- نور: ۳۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۷۹

زیباییهای جسمی خویش را- مانند مو و گردن و سینه که ممکن است سبب فریفتن مردان شود- بپوشانند.

قُلْ لِلْمُؤْمِنِینَ یَغُضُّوا مِنْ أَبْصارِهِمْ وَ یَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ذلِکَ أَزْکی لَهُمْ إِنَّ اللَّهَ خَبِیرٌ بِما یَصْنَعُونَ وَ قُلْ لِلْمُؤْمِناتِ یَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصارِهِنَّ وَ یَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ وَ لا یُبْدِینَ زِینَتَهُنَّ إِلَّا ما ظَهَرَ مِنْها وَ لْیَضْرِبْنَ بِخُمُرِهِنَّ عَلی جُیُوبِهِنَّ وَ لا یُبْدِینَ زِینَتَهُنَّ إِلَّا لِبُعُولَتِهِنَّ أَوْ آبائِهِنَّ أَوْ آباءِ بُعُولَتِهِنَّ أَوْ أَبْنائِهِنَّ أَوْ أَبْناءِ بُعُولَتِهِنَّ أَوْ إِخْوانِهِنَّ أَوْ بَنِی إِخْوانِهِنَّ أَوْ بَنِی أَخَواتِهِنَّ أَوْ نِسائِهِنَّ أَوْ ما مَلَکَتْ أَیْمانُهُنَّ أَوِ التَّابِعِینَ غَیْرِ أُولِی الْإِرْبَهِٔ مِنَ الرِّجالِ أَوِ الطِّفْلِ الَّذِینَ لَمْ یَظْهَرُوا عَلی عَوْراتِ النِّساءِ وَ لا یَضْرِبْنَ بِأَرْجُلِهِنَّ لِیُعْلَمَ ما یُخْفِینَ مِنْ زِینَتِهِنَّ وَ تُوبُوا إِلَی اللَّهِ جَمِیعاً أَیُّهَا الْمُؤْمِنُونَ لَعَلَّکُمْ تُفْلِحُونَ «ای رسول ما، مردان مؤمن را بگو تا چشمها (از نگاه ناروا) بپوشند و فروج و اندامشان را (از کار زشت) محفوظ دارند که این برای پاکیزگی (جسم و جان) شما اصلح است و البته خدا به هر چه می‌کنید کاملا آگاه است. (ای پیامبر) به زنان مؤمن بگو تا چشمها (از نگاه ناروا) بپوشند و فروج و اندامشان را (از عمل زشت) محفوظ دارند و زینت و آرایش خود جز آنچه قهرا ظاهر می‌شود بر بیگانه آشکار نسازند و باید سینه (و بر و دوش) خود را به مقنعه بپوشانند و زینت و جمال خود را آشکار نسازند جز برای شوهران خود و پدران شوهر و پسران خود و پسران شوهر و برادران خود و پسران برادر و پسران خواهران خود و زنان (یعنی زنان مسلمان دیگر) و کنیزان ملکی خویش و اتباع خانواده که رغبت به زنان ندارند از زن و مرد یا کودکی که هنوز بر عورت و محارم زنان آگاه نیستند (و از غیر این اشخاص مذکور خود را بپوشانند) و آن طور پای به زمین نزنند که خلخال و زیور پنهان پاهایشان معلوم شود، و ای اهل ایمان همه به درگاه خدا توبه کنید باشد که رستگار شوید.» «۱»

(۱)- نور: ۳۰، ۳۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۸۰

پیامبر اکرم صلّی اللّه علیه و آله، خلوت کردن زن و مرد (اجنبی) را نهی فرموده است زیرا، تنها بودن آنها خودبخود فضای مناسبی برای برانگیختن انگیزه جنسی ایجاد می‌کند و امکان لغزش و خطا را افزایش می‌دهد. همچنین قرآن به نکته‌ای اشاره می‌کند، که باید به خدمه منزل و کودکانی که به سن بلوغ نرسیده‌اند گوشزد کرد که در سه هنگام از شبانه روز بدون اجازه وارد اتاقی که زن و شوهر در آن هستند، نشوند. این سه وقت عبارتند از:

پیش از نماز صبح، هنگام قیلوله در ظهر، و پس از نماز عشا، وقتی که انسان برای استراحت و خواب، آماده می‌شود.

یا أَیُّهَا الَّذِینَ آمَنُوا لِیَسْتَأْذِنْکُمُ الَّذِینَ مَلَکَتْ أَیْمانُکُمْ وَ الَّذِینَ لَمْ یَبْلُغُوا الْحُلُمَ مِنْکُمْ ثَلاثَ مَرَّاتٍ مِنْ قَبْلِ صَلاهِٔ الْفَجْرِ وَ حِینَ تَضَعُونَ ثِیابَکُمْ مِنَ الظَّهِیرَهِٔ وَ مِنْ بَعْدِ صَلاهِٔ الْعِشاءِ ثَلاثُ عَوْراتٍ لَکُمْ لَیْسَ عَلَیْکُمْ وَ لا عَلَیْهِمْ جُناحٌ بَعْدَهُنَّ طَوَّافُونَ عَلَیْکُمْ بَعْضُکُمْ عَلی بَعْضٍ کَذلِکَ یُبَیِّنُ اللَّهُ لَکُمُ الْآیاتِ وَ اللَّهُ عَلِیمٌ حَکِیمٌ وَ إِذا بَلَغَ الْأَطْفالُ مِنْکُمُ الْحُلُمَ فَلْیَسْتَأْذِنُوا کَمَا اسْتَأْذَنَ الَّذِینَ مِنْ قَبْلِهِمْ کَذلِکَ یُبَیِّنُ اللَّهُ لَکُمْ آیاتِهِ وَ اللَّهُ عَلِیمٌ حَکِیمٌ «ای کسانی که به خدا ایمان آورده‌اید (بدانید که) باید بندگان ملکی شما و کودکانی که هنوز به وقت احتلام و زمان بلوغ نرسیده‌اند، شبانه‌روزی سه مرتبه از شما اجازه بخواهند، یکبار پیش از نماز صبح، دیگر هنگام ظهر که جامه‌ها را

از تن برمی گیرید و سوم پس از نماز خفتن، که این سه وقت هنگام عورت و خلوت شماست (اغلب برهنه یا در لباس کوتاهید) و بعد از این سه بار اجازه، دیگر باکی بر شما و آنها نیست که بی‌دستور با بندگان و اطفال خود گرد هم جمع شوید و هر ساعت در کارها به شما مراجعه کنند، خدا آیاتش را بر شما چنین روشن بیان می کند و او به کار خلق دانا (و به مصالح خلق کاملا آگاه) و محکم کار است.» «۱»

---

(۱)- نور: ۵۸، ۵۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۸۱

چون در اوقات سه گانه مذکور، انسان غالبا لباسهایی را که معمولا با آنها در اجتماع ظاهر می‌شود از تن خارج می کند و لباس خواب و استراحت می‌پوشد و در چنین لباسهایی احتمال ظاهر شدن قسمتهایی از بدن- که شایسته مشاهده نیست- می‌رود.

دلیل این که قرآن ورود بدون اجازه خدمه و اطفال را به اتاق مردان و زنان- در این اوقات- ممنوع کرده، این است که، از آگاهی آنها نسبت به آنچه نباید آگاه شوند، جلوگیری کند چه، این امر- علاوه بر خدشه‌دار کردن حیای مرد و زن- گاهی منجر به تحریک انگیزه جنسی خدمه می‌شود و همچنین احتمال دارد کودکان، چیزهایی را که لزوما نباید ببینند، از والدین مشاهده کنند و برخی از اعضای بدن آنها را که مستقیما به امور جنسی مربوط می‌شود ببینند. تحقیقات روان کاوی، اثرات سوئی را که دیدن این گونه امور در روان کودکان به جای می گذارد، ثابت و روشن کرده است. «۱» علاوه بر این، گاهی در روزنامه‌ها، اخبار ناگواری را می‌خوانیم که در اثر معاشرت و ارتباط بدون قید و شرط خدمه با دختران و زنان جوان خانواده و عدم کنترل آنها اتفاق می‌افتد و خانواده‌ای را دچار فاجعه می کند.

اما در زمینه سازماندهی دوم انگیزه‌های فیزیولوژیک، یعنی زیاده‌روی نکردن در ارضای آنها باید گفت که از طریق تجربیات شخصی و نیز بررسیهای پزشکی این مطلب روشن شده است که اسراف در خوردن برای سلامت انسان ضرر دارد چون او را به ناراحتی معده و دیگر بیماریهای دستگاه هاضمه دچار می کند و در نتیجه باعث فربهی شخص می‌شود که به نوبه خود برای تندرستی ضررهای فراوانی در بردارد. همچنین اسراف در نوشیدن و زیاده‌روی در استراحت و خوابیدن، همه برای سلامت انسان مضرّ است، به همین دلیل خداوند متعال از اسراف در خوردن و آشامیدن نهی فرموده است.

يا بَنِي آدَمَ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَ كُلُوا وَ اشْرَبُوا وَ لا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ «ای فرزندان آدم، زیورهای خود را در مقام عبادت برگیرید و هم از نعمتهای خدا بخورید و بیاشامید و اسراف مکنید که خدا مسرفان را (که اندازه نگه ندارند)

---

(۱)- احمد محمد جمال: نحو تربیهٔ اسلامیهٔ، جدهٔ: تهامهٔ، ۱۹۸۰، ص ۷۸، ۷۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۸۲

دوست نمی‌دارد.» «۱»

بدیهی است که نهی از اسراف در آیه فوق، تنها متوجه دو انگیزه گرسنگی و تشنگی نیست بلکه، سایر انگیزه‌های فیزیولوژیک را نیز در بر می گیرد و هدف قرآن، به نهی از این دو انگیزه، خلاصه نمی‌شود بلکه غرضش تنها ارائه نمونه، و اشاره به ضرری است که بطور کلی از طریق زیاده‌روی در ارضای انگیزه‌های فطری انسان بر او وارد می‌شود.

اساسا یکی از ویژگیهای قرآن در بسیاری از آیات، بیان مطالب به ایجاز و اشاره و کنایه است. علاوه بر این، شاید دلیل دیگر نام بردن انحصاری گرسنگی و تشنگی در آیه و جریان نهی از اسراف در ارضای انگیزه‌های فطری، این باشد که، دو انگیزه مزبور در حفظ نسل و بقای انسان، اهمیت بسزایی دارند و انسان در ارضای این انگیزه‌ها معمولا تمایل به زیاده‌روی دارد.

قرآن نه تنها انسان را در جهت تسلط بر انگیزه‌های فیزیولوژیک راهنمایی می‌کند بلکه، همچنین به حاکمیت و غلبه بر انگیزه‌های روانی توجه می‌دهد. و نیز در بسیاری از موارد، انسان را به غلبه بر انگیزه‌های تجاوز و مالکیت تشویق می‌کند. مثلا از نظر قرآن، خصلت خویشتنداری و حاکمیت بر خواسته‌ها و تمایلات نفس، اعم از جسمی و روانی، از خصلتهایی است که هر فرد مؤمن دارای شخصیتی ثابت و بهنجار باید بدان خصایل آراسته شود.

درباره انگیزه تجاوز باید گفت که قرآن مردم را از ستم و تجاوز به دیگران- چه از طریق بدن و چه لفظ- نهی می‌کند و به آنها دستور می‌دهد که با دیگران رفتاری نیک و ملایم داشته باشند.

وَ الَّذِينَ يُؤْذُونَ الْمُؤْمِنِينَ وَ الْمُؤْمِناتِ بِغَيْرِ مَا اكْتَسَبُوا فَقَدِ احْتَمَلُوا بُهْتاناً وَ إِثْماً مُبِيناً «و آنان که مردان و زنان با ایمان را بی‌تقصیر و گناه بیازارند (بترسند) که دانسته گناه و تهمت بزرگی را مرتکب شده‌اند.» «۲»

---

(۱)- اعراف: ۳۱.

(۲)- احزاب: ۵۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۸۳

يا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذا تَناجَيْتُمْ فَلا تَتَناجَوْا بِالْإِثْمِ وَ الْعُدْوانِ وَ مَعْصِيَةِ الرَّسُولِ وَ تَناجَوْا بِالْبِرِّ وَ التَّقْوى وَ اتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي إِلَيْهِ تُحْشَرُونَ «ای کسانی که ایمان آورده‌اید شما هرگاه با هم سخنی به راز گویید هرگز بر بزهکاری و دشمنی و مخالفت رسول نگویید بلکه بر نیکویی و تقوی راز به میان آورید و از خدا که (پس از مرگ) به سوی او محشور خواهید شد بترسید و پرهیزکار شوید.» «۱»

... وَ لا يَجْرِمَنَّكُمْ شَنَآنُ قَوْمٍ أَنْ صَدُّوكُمْ عَنِ الْمَسْجِدِ الْحَرامِ أَنْ تَعْتَدُوا وَ تَعاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَ التَّقْوى وَ لا تَعاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَ الْعُدْوانِ ... «... و عداوت گروهی که از مسجد الحرام منعتان کردند شما را بر ظلم و بی‌عدالتی وادار نکند و باید شما به یکدیگر در نیکوکاری و تقوی کمک کنید نه بر گناه و ستمکاری ...» «۲»

... وَ لا تَقْتُلُوا النَّفْسَ الَّتِي حَرَّمَ اللَّهُ إِلَّا بِالْحَقِّ ...

«... و نفسی را که خداوند قتلش را حرام کرده است جز به حق (یعنی به حکم حق و قصاص) نکشید ...» «۳»

وَ إِنْ طائِفَتانِ مِنَ الْمُؤْمِنِينَ اقْتَتَلُوا فَأَصْلِحُوا بَيْنَهُما فَإِنْ بَغَتْ إِحْداهُما عَلَى الْأُخْرى فَقاتِلُوا الَّتِي تَبْغِي حَتَّى تَفِيءَ إِلى أَمْرِ اللَّهِ فَإِنْ فاءَتْ فَأَصْلِحُوا بَيْنَهُما بِالْعَدْلِ وَ أَقْسِطُوا إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُقْسِطِينَ إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ فَأَصْلِحُوا بَيْنَ أَخَوَيْكُمْ وَ اتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ

---

(۱)- مجادله: ۹.

(۲)- مائده: ۲. قرآن و روان‌شناسی ۸۳ ه. غلبه بر انگیزه‌ها ..... ص : ۷۲

(۳)- انعام: ۱۵۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۸۴

يا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لا يَسْخَرْ قَوْمٌ مِنْ قَوْمٍ عَسى أَنْ يَكُونُوا خَيْراً مِنْهُمْ وَ لا نِساءٌ مِنْ نِساءٍ عَسى أَنْ يَكُنَّ خَيْراً مِنْهُنَّ وَ لا تَلْمِزُوا أَنْفُسَكُمْ وَ لا تَنابَزُوا بِالْأَلْقابِ بِئْسَ الِاسْمُ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمانِ وَ مَنْ لَمْ يَتُبْ فَأُولئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ «و اگر دو طایفه از اهل ایمان با هم به قتال و دشمنی برخیزند البته شما مؤمنان بین آنها صلح برقرار کنید و اگر یک قوم بر دیگری ظلم کرد با آن طایفه ظالم قتال کنید تا به فرمان خدا باز آید (و ترک ظلم کند) پس هرگاه به حکم حق برگشت با حفظ عدالت میان آنها را صلح دهید و همیشه به عدالت رفتار کنید که خدا اهل عدل و داد را بسیار دوست می‌دارد. به حقیقت مؤمنان برادر یکدیگرند، پس همیشه بین برادران (ایمانی) خود (چون نزاعی شود) صلح دهید و خدا ترس و پرهیزکار باشید، شاید که مورد لطف و رحمت الهی قرار گیرید. ای اهل ایمان

هر گز نباید قومی قوم دیگر را مسخره و استهزا کند (شما چه می‌دانید) شاید آن قوم که مسخره‌اش می‌کنید بهترین مؤمنان باشند و نیز بین زنان با ایمان گروهی گروه دیگری را مسخره نکنند که بسا آن گروه بهترین زنان باشند و هر گز عیبجویی (از همدینان) خود مکنید و به نام و لقبهای زشت یکدیگر را مخوانید که پس از ایمان به خدا، نام فسق (اگر بر مؤمن نهند) بسیار زشت است و هر که از فسق و گناه به درگاه خدا توبه نکند بسیار ظالم و ستمکار است.» «۱»

قرآن، همچنین مردم را به مهار کردن انگیزه مالکیت فرا می‌خواند و آنها را از بخل ورزیدن، مال اندوزی، ربا خواری، خوردن اموال مردم و دزدی نهی می‌کند. و در مقابل، به انفاق در راه خدا و دادن صدقه به فقرا و بیچارگان و پرداخت زکات، امر می‌فرماید.

... وَ الَّذِينَ يَكْنِزُونَ الذَّهَبَ وَ الْفِضَّةَ وَ لا يُنْفِقُونَها فِي سَبِيلِ اللَّهِ فَبَشِّرْهُمْ بِعَذابٍ أَلِيمٍ

---

(۱)- حجرات: ۹- ۱۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۸۵

يَوْمَ يُحْمى عَلَيْها فِي نارِ جَهَنَّمَ فَتُكْوى بِها جِباهُهُمْ وَ جُنُوبُهُمْ وَ ظُهُورُهُمْ هذا ما كَنَزْتُمْ لِأَنْفُسِكُمْ فَذُوقُوا ما كُنْتُمْ تَكْنِزُونَ «... و کسانی که طلا و نقره را گنجینه و ذخیره می‌کنند و در راه خدا انفاق نمی‌کنند آنها را به عذابی دردناك بشارت بده. روزی که (آن طلا و نقره ذخیره‌شان) در آتش دوزخ گداخته شود و پیشانی و پشت و پهلوی آنها را به آن داغ کنند و (فرشتگان عذاب به آنها گویند) این است نتیجه آنچه از زر و سیم (که در دنیا) برای خود ذخیره کردید، اکنون بچشید عذاب سیم و زری را که اندوخته می‌کردید.» «۱»

وَ لا يَحْسَبَنَّ الَّذِينَ يَبْخَلُونَ بِما آتاهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ هُوَ خَيْراً لَهُمْ بَلْ هُوَ شَرٌّ لَهُمْ سَيُطَوَّقُونَ ما بَخِلُوا بِهِ يَوْمَ الْقِيامَةِ وَ لِلَّهِ مِيراثُ السَّماواتِ وَ الْأَرْضِ وَ اللَّهُ بِما تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ «آنان که بخل ورزیده و حقوق فقیران را از مالی که خدا به فضل خویش به آنها داده نمی‌پردازند، گمان نکنند که این بخل به نفع آنها خواهد بود بلکه به ضرر آنها است چه آن که آن مالی که در آن بخل ورزیده‌اند در روز قیامت زنجیر گران آنها شود (که آن روز هیچ کس مالك چیزی نیست) و تنها خدا وارث آسمانها و زمین خواهد بود و خدا به کردار شما آگاه است.» «۲»

فَاتَّقُوا اللَّهَ مَا اسْتَطَعْتُمْ وَ اسْمَعُوا وَ أَطِيعُوا وَ أَنْفِقُوا خَيْراً لِأَنْفُسِكُمْ وَ مَنْ يُوقَ شُحَّ نَفْسِهِ فَأُولئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ «پس تا می‌توانید خداترس و پرهیزکار باشید و سخن حق بشنوید و از او اطاعت کنید و از مال خود برای (ذخیره آخرت) خویش به فقیران انفاق کنید و کسانی که از خوی لئامت و بخل نفس خود محفوظ مانند آنها رستگاران عالمند.» «۳»

---

(۱)- توبه: ۳۴، ۳۵.

(۲)- آل عمران: ۱۸۰.

(۳)- تغابن: ۱۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۸۶

وَ أَنْفِقُوا مِنْ ما رَزَقْناكُمْ مِنْ قَبْلِ أَنْ يَأْتِيَ أَحَدَكُمُ الْمَوْتُ فَيَقُولَ رَبِّ لَوْ لا أَخَّرْتَنِي إِلى أَجَلٍ قَرِيبٍ فَأَصَّدَّقَ وَ أَكُنْ مِنَ الصَّالِحِينَ «و از آنچه روزی شما کردیم در راه خدا انفاق کنید. پیش از آن که مرگ بر یکی از شما فرا رسد، در آن حال (به حسرت) بگوید: پروردگارا اجل مرا اندکی تأخیر انداز تا صدقه و احسان بسیار کنم و از نکوکاران شوم.» «۱»

آمِنُوا بِاللَّهِ وَ رَسُولِهِ وَ أَنْفِقُوا مِمَّا جَعَلَكُمْ مُسْتَخْلَفِينَ فِيهِ فَالَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَ أَنْفَقُوا لَهُمْ أَجْرٌ كَبِيرٌ «به خدا و رسول او ایمان آورید و از

آنچه شما را در آن وارث گذشتگان گردانید (در راه خدا) انفاق کنید، پس برای کسانی از شما که ایمان آورده و انفاق کردند پاداش بزرگ (بهشت ابد) خواهد بود.» «۲»

إِنَّ الْمُصَّدِّقِينَ وَ الْمُصَّدِّقاتِ وَ أَقْرَضُوا اللَّهَ قَرْضاً حَسَناً يُضاعَفُ لَهُمْ وَ لَهُمْ أَجْرٌ كَرِيمٌ «همانا مردان و زنانی که در راه خدا به فقیران صدقه و احسان کنند و به خدا قرض نیکو دهند (یعنی به محتاجان قرض الحسنه دهند) خدا احسان آنها را چندین برابر سازد و پاداش با لطف و کرامت نیز عطا فرماید.» «۳»

قُلْ لِعِبادِيَ الَّذِينَ آمَنُوا يُقِيمُوا الصَّلاةَ وَ يُنْفِقُوا مِمَّا رَزَقْناهُمْ سِرًّا وَ عَلانِيَةً مِنْ قَبْلِ أَنْ يَأْتِيَ يَوْمٌ لا بَيْعٌ فِيهِ وَ لا خِلالٌ « (ای رسول ما) به آن بندگان من که ایمان آورده‌اند بگو نماز به پا دارند و از آنچه روزی آنها کردیم در نهان و آشکار انفاق کنند پیش از آن که روزی بیاید که نه

---

(۱)- منافقون: ۱۰.

(۲)- حدید: ۷.

(۳)- حدید: ۱۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۸۷

چیزی توان خرید و نه دوستی کسی (بجز خدا) به کار آید.» «۱»

قرآن، بطور کلی انسان را به مهار کردن انگیزه‌ها و تسلط بر آنها دعوت می‌کند و از او می‌خواهد که آنها را در چارچوب حدود و مقررات دینی و بدون اسراف و زیاده‌روی، نگه دارد و برده خواسته‌ها و تمایلات خویش نشود بلکه، به عکس بر آنها مسلط و حاکم شود و به هر سو که خود می‌خواهد راهنمایی‌شان کند.

فَأَمَّا مَنْ طَغى وَ آثَرَ الْحَياةَ الدُّنْيا فَإِنَّ الْجَحِيمَ هِيَ الْمَأْوى وَ أَمَّا مَنْ خافَ مَقامَ رَبِّهِ وَ نَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوى فَإِنَّ الْجَنَّةَ هِيَ الْمَأْوى «پس هر کس از حکم خدا سرکشی کرد. و زندگی دنیا را برگزید. دوزخ جایگاه اوست. و هر کس از حضور در پیشگاه عزّ ربوبیّت بترسید و از هوای نفس دوری جست. همانا بهشت منزلگاه اوست.» «۲»

مفهوم پیروی نکردن از هوای نفس، در واقع همان مهار کردن انگیزه‌ها و جلوگیری از خواسته‌ها و بازداشتن آنها از تمایلات غیر منطقی و به عبارت دیگر تسلط بر آنهاست.

قرآن، از انسان می‌خواهد، میان خواسته‌های روزمره جسمی که مصرانه ارضای خود را از او می‌خواهند و خواسته‌های معنوی و روانی که رو به سوی خدا دارند و به نعمتهای زندگی اخروی نظر دارند، هماهنگی و توازن ایجاد کند. بنابراین، انسان باید به ندای نیازهای جسمی خود پاسخ مثبت دهد و انگیزه‌های فطری‌اش را در چارچوب مقررات ارضا کند تا بتواند به زندگی ادامه دهد و به آبادانی و عمران بپردازد و رسالتی را که از سوی خدا بر عهده دارد، به پایان برساند. اما در عین حال باید نیازهای روانی خود را نیز برآورده سازد، نیازهایی چون، اعتراف به ربوبیّت و عبادت خدا و پیروی از راه و روشی که خداوند در زندگی او معیّن کرده است، تا از آمرزش و رضایت خدا، در آخرت

---

(۱)- ابراهیم: ۳۱.

(۲)- نازعات: ۳۷- ۴۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۸۸

بهره‌مند شود. از انسان خواسته شده است که برای ایجاد هماهنگی میان خواسته‌های جسمی و روحی و خواسته‌های زندگی دنیوی و

اخروی تلاش کند، زیرا این تلاش باعث می‌شود، انسان از کشمکشهای روانی که او را دچار اضطراب و نگرانی می‌کند و نیز از نعمت امنیت و احساس آرامش و خوشبختی محروم می‌سازد، رها شود.

وَ ابْتَغِ فِیما آتاکَ اللَّهُ الدَّارَ الْآخِرَهَٔ وَ لا تَنْسَ نَصِیبَکَ مِنَ الدُّنْیا ...

«و به هر چیزی که خدا به تو عطا کرده (از قوای ظاهری و باطنی و مال و سایر نعمتهای دنیا) بکوش تا ثواب و سعادت در آخرت تحصیل کنی و (لیکن) بهره‌ات را از (لذات و نعمتهای حلال) دنیا فراموش مکن ...» «۱»

یا أَیُّهَا الَّذِینَ آمَنُوا لا تُلْهِکُمْ أَمْوالُکُمْ وَ لا أَوْلادُکُمْ عَنْ ذِکْرِ اللَّهِ وَ مَنْ یَفْعَلْ ذلِکَ فَأُولئِکَ هُمُ الْخاسِرُونَ «ای اهل ایمان مبادا هرگز مال و فرزندانتان شما را از یاد خدا غافل سازد و کسانی که به امور دنیا از یاد خدا غافل شوند آنها به حقیقت زیانکاران عالمند.» «۲»

موضوع دعوت قرآن از انسان، برای مهار کردن انگیزه‌ها و حاکمیت بر آنها و فعالیت به منظور والایش و رشد و راهنمایی آنها در جهت خشنودی خدا و خیر و نیکی فرد و جامعه و انسانیت، وقتی بیشتر روشن می‌شود که توجه کنیم قرآن در سوره آل عمران، پس از ذکر برخی از انگیزه‌ها که مردم معمولا تلاش می‌کنند در زندگی دنیوی خود، آنها را ارضا کنند، مستقیما و بلافاصله یادآور می‌شود که تقوای خدا برای انسان بهتر از تأمین و ارضای این انگیزه‌ها در زندگی دنیوی است، چون تقوا، لذت بهره‌مندی از بهشت و نعمتهای امروزی را برای انسانها متحقق خواهد ساخت.

---

(۱)- قصص: ۷۷.

(۲)- منافقون: ۹.

زُیِّنَ لِلنَّاسِ حُبُّ الشَّهَواتِ مِنَ النِّساءِ وَ الْبَنِینَ وَ الْقَناطِیرِ الْمُقَنْطَرَهِٔ مِنَ الذَّهَبِ وَ الْفِضَّهِٔ وَ الْخَیْلِ الْمُسَوَّمَهِٔ وَ الْأَنْعامِ وَ الْحَرْثِ ذلِکَ مَتاعُ الْحَیاهِٔ الدُّنْیا وَ اللَّهُ عِنْدَهُ حُسْنُ الْمَآبِ قُلْ أَ أُنَبِّئُکُمْ بِخَیْرٍ مِنْ ذلِکُمْ لِلَّذِینَ اتَّقَوْا عِنْدَ رَبِّهِمْ جَنَّاتٌ تَجْرِی مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهارُ خالِدِینَ فِیها وَ أَزْواجٌ مُطَهَّرَهٌٔ وَ رِضْوانٌ مِنَ اللَّهِ وَ اللَّهُ بَصِیرٌ بِالْعِبادِ «مردم (ظاهربین دنیاپرست کوته نظر) را آرایش حب شهوات نفسانی که عبارت از میل به زنها و فرزندان و همیانهای زر و سیم و اسبهای نشاندار نیکو و چهارپایان و مزارع و املاک است در نظر زیبا و دلفریب است لیکن اینها همه متاع زندگانی فانی دنیاست و نزد خدا همان منزل بازگشت نیکوست (که بهشت لقای الهی و نعمت باقی ابدی است). بگو ای پیامبر می‌خواهید شما را آگاه گردانم به بهتر از اینها که محبوب شما مردم دنیاست، برای آنان که تقوا پیشه کنند نزد خدا باغهای بهشتی است که در زیر درختان آن نهرها جاری است و در آن جاوید هستند، همچنین در آن زنانی پاکیزه و (از همه خوشتر) خشنودی خدا وجود دارد و خداوند به حال بندگان بیناست.» «۱»

در این دو آیه صریحا از مردم خواسته شده است که انگیزه‌های خود را مهار کنند و آنها را از طریق تقوا و طلب رضایت خدا، رشد و تعالی بخشند. و نیز در این باره در قرآن چنین آمده است:

الْمالُ وَ الْبَنُونَ زِینَهُٔ الْحَیاهِٔ الدُّنْیا وَ الْباقِیاتُ الصَّالِحاتُ خَیْرٌ عِنْدَ رَبِّکَ ثَواباً وَ خَیْرٌ أَمَلًا «مال و فرزندان زینت زندگی دنیا هستند (و لیکن) اعمال صالح که تا قیامت باقی است نزد پروردگار بسی بهتر و عاقبت آن نیکوتر است.» «۲»

---

(۱)- آل عمران: ۱۴، ۱۵.

(۲)- کهف: ۴۶.

اعْلَمُوا أَنَّمَا الْحَياةُ الدُّنْيا لَعِبٌ وَ لَهْوٌ وَ زِينَةٌ وَ تَفاخُرٌ بَيْنَكُمْ وَ تَكاثُرٌ فِي الْأَمْوالِ وَ الْأَوْلادِ كَمَثَلِ غَيْثٍ أَعْجَبَ الْكُفَّارَ نَباتُهُ ثُمَّ يَهِيجُ فَتَراهُ مُصْفَرًّا ثُمَّ يَكُونُ حُطاماً وَ فِي الْآخِرَةِ عَذابٌ شَدِيدٌ وَ مَغْفِرَةٌ مِنَ اللَّهِ وَ رِضْوانٌ وَ مَا الْحَياةُ الدُّنْيا إِلَّا مَتاعُ الْغُرُورِ «بدانید که زندگی دنیا به حقیقت بازیچه‌ای است کودکانه و لهو و عیاشی و آرایش و تفاخر و خودستایی با یکدیگر و حرص افزودن مال و فرزندان است و در مثل مانند بارانی است (که به موقع ببارد و گیاهی در پی آن بروید) که گیاهش برزگر یا کفّار دنیاپرست را به شگفت آرد سپس بنگری که زرد و خشک شود و بپوسد و در عالم آخرت (دنیا طلبان را) عذاب سخت جهنم و (مؤمنان را) آمرزش و خشنودی حق نصیب است (و بدانید) که دنیا جز متاع فریب و غرور چیزی نیست.» «۱»

آیات فوق به انسان هشدار می‌دهد که سرنوشت آنچه در دنیا از لهو و لعب و زینت، و افتخار به زیادی اموال و اولاد وجود دارد، رو به نابودی است، درست مانند گیاهان سبز و با طراوتی که پژمرده و خشک می‌شوند و وزش باد آنها را پراکنده می‌سازد و آنچه باقی می‌ماند تنها عمل انسان است. کسانی که زندگی این جهان را بر آخرت ترجیح می‌دهند و تمام همّتشان در این دنیا متوجه ارضای انگیزه‌ها و تمایلات شخصی و دستیابی به لذتهای زودگذر می‌باشد و از اطاعت و عبادت خدا سرپیچی می‌کنند، در آخرت گرفتار عذابی سخت خواهند شد. اما پاداش کسانی که در زندگی دنیوی از اطاعت و عبادت خدا و عمل صالح غافل نیستند و بر هواها و تمایلات نفسانی خویش تسلط دارند، آمرزش و خشنودی خداوند است. در این خصوص در قرآن چنین آمده است:

وَ مَا الْحَياةُ الدُّنْيا إِلَّا لَعِبٌ وَ لَهْوٌ وَ لَلدَّارُ الْآخِرَةُ خَيْرٌ لِلَّذِينَ يَتَّقُونَ أَ فَلا تَعْقِلُونَ

---

(۱)- حدید: ۲۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۹۱

«زندگی دنیا جز بازیچه (کودکان) و هوسرانی (بی‌خردان) هیچ نیست و همانا سرای دیگر، اهل تقوا را نیکوتر است آیا تعقل و اندیشه (در این گفتار) نمی‌کنند.» «۱»

و- انحراف انگیزه‌ها

اگر انسان در مهار کردن انگیزه‌های خود و حاکمیت بر آنها دچار شکست شود و در ارضای آنها زیاده‌روی کند و غرق در لذت و بهره‌مندی از آنها شود و اصولا هدفش لذت جویی و کامروایی از طریق اشباع انگیزه‌ها باشد، در این صورت انگیزه‌ها از اهداف اصلی خویش منحرف می‌شوند و دیگر وسیله‌ای برای ادامه زندگی فرد و بقای نوع، به شمار نمی‌آید و خودشان فی نفسه به هدف تبدیل می‌شوند و نه تنها از حیطه تسلط و حکومت انسان خارج می‌شوند بلکه بر انسان حاکمیت و تسلّط خواهند یافت.

مسأله انحراف انگیزه‌ها و تسلّط آنها بر انسان گاهی در همه انگیزه‌ها اعم از فیزیولوژیک و روانی به طور مساوی پیش می‌آید. یکی از مهمترین انگیزه‌های فیزیولوژیک که در معرض انحراف قرار دارد انگیزه جنسی است. در قرآن یکی از شیوه‌های رایج انحراف جنسی، که همجنس گرایی است و قوم لوط به آن مبادرت می‌ورزیدند، ذکر شده است. از بیان قرآن درباره این انحراف جنسی استنباط می‌شود که این عمل برای نخستین بار، در تاریخ بشری در میان قوم لوط پدید آمد.

وَ لُوطاً إِذْ قالَ لِقَوْمِهِ أَ تَأْتُونَ الْفاحِشَةَ ما سَبَقَكُمْ بِها مِنْ أَحَدٍ مِنَ الْعالَمِينَ إِنَّكُمْ لَتَأْتُونَ الرِّجالَ شَهْوَةً مِنْ دُونِ النِّساءِ بَلْ أَنْتُمْ قَوْمٌ مُسْرِفُونَ «و لوط را فرستادیم که به قوم خود گفت آیا عمل زشتی که پیش از شما هیچ کس بدان مبادرت نکرده بجای می‌آورید؟ شما زنان را ترک کرده و با مردان سخت شهوت می‌رانید، آری که شما قومی فاسد و نابکارید.» «۲»

---

(۱)- انعام: ۳۲.

(۲)- اعراف: ۸۰، ۸۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۹۲

أَ تَأْتُونَ الذُّكْرانَ مِنَ الْعالَمِينَ وَ تَذَرُونَ ما خَلَقَ لَكُمْ رَبُّكُمْ مِنْ أَزْواجِكُمْ بَلْ أَنْتُمْ قَوْمٌ عادُونَ «آیا عمل زشت منکر را با مردان انجام می‌دهید. و زنان را که خدا همسر شما (برای تمتع) آفرید رها می‌کنید؟ آری شما بسیار مردم متجاوز نابکاری هستید.» «۱»

یکی از انحرافات رایج در انگیزه‌های روانی انسان، عشق شدید و اشتیاق زاید الوصفی است که در برخی از مردم نسبت به پول و جمع‌آوری مال و ثروت دیده می‌شود، در حالی که دارایی و مال در اصل از آن خداست و او ما را نماینده خویش قرار داده است تا اموالش را در راه رضا و خشنودی وی و نیز آباد کردن زمین و پیشرفت نوع بشر، مصرف کنیم اما برخی از مردم، تصاحب پول و ثروت را فی نفسه هدف قرار می‌دهند و به اندوختن و ذخیره کردن آن می‌پردازند و آن را در راه خدا و منافع مردم و کمک به پیشرفت بشریت هزینه نمی‌کنند.

بطور کلی، اسراف یا زیاده‌روی در ارضای انگیزه‌ها و ناتوانی انسان در مهار کردن و حاکمیت بر آنها، به انحراف آنها از اهداف حقیقی‌شان یعنی تداوم بخشیدن به زندگی فرد و بقای نوع و تحقق هماهنگی انسان با محیط، منجر می‌شود. مثلا افراط در دشمنی با افراد به نحوی که انسان در روابطش با مردم همواره تمایل به دشمنی و تجاوز داشته باشد، نوعی انحراف محسوب می‌شود یا زیاده‌روی در رقابت، به طوری که هدف اصلی انسان در زندگی تفوّق و تسلّط جسمی یا اقتصادی یا سیاسی یا نظامی بر دیگران باشد، نیز نوعی انحراف به شمار می‌رود. همچنین، زیاده روی در استراحت و تنبلی و بهره‌وری از نعمتها و لذتهای زندگی به نحوی که هدف اساسی انسان نوعی زندگی توأم با رفاه و نازپروردگی و راحت طلبی باشد و هیچ گونه احساس مسؤولیتی در قبال افراد جامعه نکند و با آنان به همکاری نپردازد و دست کمک و یاری به سویشان دراز نکند، نیز نوعی انحراف به شمار می‌آید. اما میانه‌روی در ارضای انگیزه‌ها، انسان را از فرو رفتن در

---

(۱)- شعراء: ۱۶۵- ۱۶۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۹۳

گرداب انحراف باز می‌دارد. بنابراین می‌توان گفت بهترین کار، همان میانه‌روی است.

«خیر الامور اوسطها».

وَ الَّذِينَ إِذا أَنْفَقُوا لَمْ يُسْرِفُوا وَ لَمْ يَقْتُرُوا وَ كانَ بَيْنَ ذلِكَ قَواماً «و (بندگان خاص خدا) آنان هستند که هنگام انفاق به مسکینان اسراف نکرده و بخل هم نورزند بلکه در احسان میانه‌رو و معتدل باشند.» «۱»

وَ لا تَجْعَلْ يَدَكَ مَغْلُولَةً إِلى عُنُقِكَ وَ لا تَبْسُطْها كُلَّ الْبَسْطِ فَتَقْعُدَ مَلُوماً مَحْسُوراً «نه هرگز دست خود را (در احسان به خلق) بسته دار و نه بسیار باز و گشاده‌دار که هر کدام را انجام دهی به نکوهش و حسرت خواهی نشست.» «۲»

---

(۱)- فرقان: ۶۷.

(۲)- اسراء: ۲۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۹۵

فصل دوم انفعالها در قرآن

اشاره

مشیّت حکیمانه خداوند چنین اقتضا می‌کند که یک سلسله حالتهای انفعالی در انسان و نیز حیوان قرار دهد. این عواطف (علاوه بر انگیزه‌ها) در حفظ و بقای نسل انسان و حیوان به آنها کمک می‌کنند. مثلاـ ترس که حالتی انفعالی است، باعث می‌شود، از خطرهایی که تهدیدمان می‌کنند، دوری کنیم. و حالت انفعالی خشم، ما را به دفاع از خود و مبارزه برای بقا وا می‌دارد و یا حالت انفعالی محبت، اساس و پایه پیوند دو جنس نر و ماده (در انسان و حیوان) و جذب هر کدام به دیگری، برای بقای نوع، می‌باشد.

میان انگیزه‌ها (عواطف فعال) و انفعالها رابطه مستحکمی وجود دارد، چون هر انگیزه‌ای معمولا همراه یک حالت انفعالی است. مثلا هرگاه انگیزه‌ای در انسان به اوج خود برسد و برای مدتی از ارضای آن جلوگیری به عمل آید، به انسان حالتی از تنش دست می‌دهد و این حالت معمولاـ با حالت وجدانی و انفعالی اندوه و گرفتگی همراه است، اما ارضای انگیزه مزبور، حالت شادی و خوشحالی به همراه دارد. علاوه بر این، عواطف انفعالی درست مانند انگیزه‌ها، وظیفه هدایت رفتار انسان را نیز انجام می‌دهند به عنوان مثال، حالت انفعالی ترس، انسان را به فرار و دور شدن از خطر وامی‌دارد و حالت انفعالی خشم شخص را به دفاع از خود و گاه حتی به تجاوز وادار می‌کند و یا حالت انفعالی محبت باعث نزدیکی انسان به محبوبش می‌شود.

در قرآن کریم بسیاری از عواطف انفعالی مانند ترس، خشم، محبّت، شادی، نفرت، غیرت، حسد، پشیمانی، شرم و خواری که انسان آنها را احساس می‌کند، بدقت توصیف

قرآن و روانشناسی، ص: ۹۶

شده‌اند و ما در این فصل به بحث درباره حالت‌های انفعالی مزبور که در قرآن آمده‌اند خواهیم پرداخت.

الف- ترس

اشاره

ترس یکی از عواطف مهم انفعالی در زندگی انسان به شمار می‌آید، زیرا این حالت همان‌طور که قبلا گفتیم او را به دور شدن از خطراتی که تهدیدش می‌کنند، کمک می‌کند و این نیز به نوبه خود انسان را در حفظ زندگی و بقای نسل یاری می‌دهد. ما در فصل پیش به هنگام سخن درباره انگیزه گرسنگی اشاره کردیم که قرآن در ضمن برخی آیات، مسأله امنیّت در برابر ترس را همراه با ارضای انگیزه گرسنگی ذکر کرده است و این نشان می‌دهد که انگیزه گرسنگی و حالت انفعالی ترس در زندگی انسان اهمیّت ویژه‌ای دارند.

ما نص آیات مزبور را ضمن بحث درباره انگیزه گرسنگی نقل کردیم. «۱»

فایده ترس، تنها در حفظ انسان از خطراتی که او را در زندگی دنیوی تهدید می‌کنند، خلاصه نمی‌شود، بلکه علاوه بر این، یکی از مهمترین فوایدش این است که مؤمن را به حفظ خود در برابر عذاب الهی در آخرت نیز وا می‌دارد؛ زیرا ترس از کیفر خدا، مؤمن را به اجتناب از گناهان و تمسک به تقوا و پایبندی به عبادت و کار برای خشنودی خدا وادار می‌کند.

إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ إِذا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَتْ قُلُوبُهُمْ وَ إِذا تُلِيَتْ عَلَيْهِمْ آياتُهُ زادَتْهُمْ إِيماناً وَ عَلى رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ «مؤمنان آنها هستند که چون ذکری از خدا شود (از عظمت و جلال خدا) دلهاشان ترسان و لرزان شود و چون آیات خدا را بر آنها تلاوت کنند بر مقام ایمانشان بیفزاید و به خدای خود (در هر کار) توکل می‌کنند.» «۲»

---

(۱)- ر. ک، به آیه‌های (نحل: ۱۱۲ و قریش: ۳، ۴) بحث انگیزه‌ها.

(۲)- انفال: ۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۹۷

تَتَجافی جُنُوبُهُمْ عَنِ الْمَضاجِعِ یَدْعُونَ رَبَّهُمْ خَوْفاً وَ طَمَعاً وَ مِمَّا رَزَقْناهُمْ یُنْفِقُونَ « (شبها) پهلو از بستر خواب حرکت دهند و (در دل شب) با بیم و امید خدای خود را بخوانند و از آنچه روزی آنها کردیم به مسکینان انفاق کنند.» «۱»

یا أَیُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّکُمْ إِنَّ زَلْزَلَهَ السَّاعَهِ شَیْءٌ عَظِیمٌ یَوْمَ تَرَوْنَها تَذْهَلُ کُلُّ مُرْضِعَهٍ عَمَّا أَرْضَعَتْ وَ تَضَعُ کُلُّ ذاتِ حَمْلٍ حَمْلَها وَ تَرَی النَّاسَ سُکاری وَ ما هُمْ بِسُکاری وَ لکِنَّ عَذابَ اللَّهِ شَدِیدٌ «ای مردم، خداترس و پرهیزکار باشید که زلزله روز قیامت بسیار حادثه بزرگ و واقعه سختی خواهد بود. چون هنگامه آن روز بزرگ را مشاهده کنید هر زن شیرده طفل خود را از ترس فراموش کند و هر آبستن بار رحم را بیفکند و مردم را در آن روز بی‌خود و مست نگری، در صورتی که مست نیستند و لیکن عذاب خدا سخت است.» «۲»

حالت انفعالی ترس، نوعی اضطراب حادّ است که تمام وجود شخص را فرا می‌گیرد.

قرآن این اضطراب را با عنوان زلزله سختی که انسان را شدیدا تکان می‌دهد و نیروی تفکر و تسلّط بر نفس را از او سلب می‌کند، توصیف کرده است.

إِذْ جاؤُکُمْ مِنْ فَوْقِکُمْ وَ مِنْ أَسْفَلَ مِنْکُمْ وَ إِذْ زاغَتِ الْأَبْصارُ وَ بَلَغَتِ الْقُلُوبُ الْحَناجِرَ وَ تَظُنُّونَ بِاللَّهِ الظُّنُونَا هُنالِکَ ابْتُلِیَ الْمُؤْمِنُونَ وَ زُلْزِلُوا زِلْزالًا شَدِیداً «یاد آرید وقتی را که (در جنگ احزاب) لشکر کفّار از بالا و زیر بر شما حمله‌ور شدند و چشمها حیران شد و جانها به گلو رسید و به وعده خدا گمانهای مختلف کردید (مؤمنان حقیقی به وعده حق و فتح اسلام خوش گمان و دیگران بدگمان

---

(۱)- سجده: ۱۶.

(۲)- حج: ۱، ۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۹۸

بودند). در آن جا مؤمنان امتحان شدند و (ضعیفان در ایمان) سخت متزلزل گردیدند.» «۱»

اگر ترس، ناگهانی و شدید باشد، برای مدتی به انسان حالتی از بهت و سرگردانی دست می‌دهد و توانایی حرکت یا تفکر از او سلب می‌شود. قرآن ضمن توصیف روز قیامت، به چنین حالتی که از ترس شدید و ناگهانی ناشی می‌شود، اشاره می‌کند.

بَلْ تَأْتِیهِمْ بَغْتَهً فَتَبْهَتُهُمْ فَلا یَسْتَطِیعُونَ رَدَّها وَ لا هُمْ یُنْظَرُونَ «بلکه واقعه مرگ و قیامت، ناگهانی فرا رسد و آنها را مبهوت و حیران کند که نه قدرت بر ردّ آن داشته و نه بر تأخیر آن مهلتی توانند یافت.» «۲»

وقتی خطری شدید انسان را احاطه کند و ترس بر او چیره شود، تمام سعی و تلاشش را متمرکز می‌کند تا خود را از آن ورطه خطرناک نجات بخشد؛ در این حالت او به هیچ چیز دیگری توجه ندارد.

فَإِذا جاءَتِ الصَّاخَّهُ یَوْمَ یَفِرُّ الْمَرْءُ مِنْ أَخِیهِ وَ أُمِّهِ وَ أَبِیهِ وَ صاحِبَتِهِ وَ بَنِیهِ لِکُلِّ امْرِئٍ مِنْهُمْ یَوْمَئِذٍ شَأْنٌ یُغْنِیهِ «آن‌گاه که آن صدای بلند (و ندای قیامت به گوش همه خلق برسد. آن روز که (از وحشت و هولناکی آن) هر کس از برادرش می‌گریزد. (بلکه) از مادر و پدرش و زن و فرزندش می‌گریزد. در آن روز هر کس چنان گرفتار کار خود است که به هیچ کس نتواند پرداخت.» «۳»

---

(۱)- احزاب: ۱۰، ۱۱، این آیات به هنگام جنگ خندق (احزاب) نازل شده است.

(۲)- انبیاء: ۴۰.

(۳)- عبس: ۳۳- ۳۷.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۹۹

همراه حالت انفعالی ترس، تغییرات زیادی در وظایف فیزیولوژیک اعضای داخلی بدن انسان و خطوط چهره و تارهای صوتی و شکل بدن ایجاد می‌شود و ما در فصل آینده، دگرگونیهای فیزیکی بدن را که همراه حالتهای انفعالی رخ می‌دهند، مورد بحث قرار خواهیم داد.

انسان معمولاـ با دور شدن و فرار از مواضع و موقعیّتهای خطرناکی که تهدیدش می‌کنند و حالت انفعالی ترس را در او برمی‌انگیزانند با این حالت به مبارزه و مقابله برمی‌خیزد. قرآن مقابله انسان را در برابر ترس که با فرار از جاهای تهدیدآمیز و خطرناك و ترس برانگیز صورت می‌گیرد، در جریان توصیف ترس کافران اقوام گذشته- که عذاب الهی به سبب تکذیب پیامبران و پافشاری بر کفر، بر آنها فرود آمد، به طوری که ترس شدیدی آنها را فرا گرفت و برای فرار از این عذاب از همدیگر پیشی می‌گرفتند- چنین توصیف می‌کند:

وَ کَمْ قَصَمْنا مِنْ قَرْیَةٍ کانَتْ ظالِمَةً وَ أَنْشَأْنا بَعْدَها قَوْماً آخَرِینَ فَلَمَّا أَحَسُّوا بَأْسَنا إِذا هُمْ مِنْها یَرْکُضُونَ «و چه بسیار مردم مقتدری در شهرها و دیارها بودند که ما به جرم ظلم و ستمکاری، آنها را در هم شکستیم و هلاك ساختیم و قومی دیگر به جای آنها بیافریدیم. پس هنگامی که آن ستمکاران عذاب ما را به چشم مشاهده کردند از آن دیار رو به فرار نهادند.» «۱»

قرآن ترس منافقان و تمایلشان را به فرار از مؤمنان، چنین ذکر می‌کند:

وَ یَحْلِفُونَ بِاللَّهِ إِنَّهُمْ لَمِنْکُمْ وَ ما هُمْ مِنْکُمْ وَ لکِنَّهُمْ قَوْمٌ یَفْرَقُونَ لَوْ یَجِدُونَ مَلْجَأً أَوْ مَغاراتٍ أَوْ مُدَّخَلًا لَوَلَّوْا إِلَیْهِ وَ هُمْ یَجْمَحُونَ

---

(۱)- انبیاء: ۱۱، ۱۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۰۰

«و آنها (برای آن که نفاق خود را پنهان کنند) به خدا قسم یاد می‌کنند که ما هم به راستی از شما مؤمنانیم (یعنی هم عقیده و آیین شماییم) و حال آن که باطنا از شما و هم عقیده شما نیستند و لیکن این قوم (از قدرت اسلام) می‌ترسند (لذا ظاهرا اظهار مسلمانی می‌کنند). اگر پناهگاهی یا سنگری در غار کوهها یا هر گریزگاهی بیابند (که از تسلط مسلمانان در امان باشند) البته با کمال تعجیل به آن جا می‌روند.» «۱»

و در بیان ترس موسی علیه السّلام و فرارش از فرعون چنین می‌فرماید:

فَفَرَرْتُ مِنْکُمْ لَمَّا خِفْتُکُمْ ...

«آن گاه از ترس شما گریختم ...» «۲»

فَخَرَجَ مِنْها خائِفاً یَتَرَقَّبُ قالَ رَبِّ نَجِّنِی مِنَ الْقَوْمِ الظَّالِمِینَ «پس موسی از آن جا (مصر) با حال ترس و نگرانی از دشمن، بیرون رفت و گفت: بار خدایا مرا از شرّ این قوم ستمکار نجات ده.» «۳»

قرآن همچنین ترس موسی علیه السّلام را که مشاهده کرد عصایش به مار تبدیل شد و به عقب برگشت و فرار کرد، این گونه توصیف می‌کند:

وَ أَلْقِ عَصاکَ فَلَمَّا رَآها تَهْتَزُّ کَأَنَّها جَانٌّ وَلَّی مُدْبِراً وَ لَمْ یُعَقِّبْ یا مُوسی لا تَخَفْ إِنِّی لا یَخافُ لَدَیَّ الْمُرْسَلُونَ

---

(۱)- توبه: ۵۶، ۵۷.

(۲)- شعراء: ۲۱.

(۳)- قصص: ۲۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۰۱

«و تو عصای خود بیفکن (چون عصا افکند) ناگاه موسی به آن نگریست به جنبش و هیجان درآمد چنان که گویی اژدهایی (مهیب) گردید، موسی چنان بترسید که رو به فرار نهاد و دیگر واپس نگردید (در آن حال بدو خطاب شد) ای موسی مترس که پیغمبران در حضور من (از غیر من) هرگز نمی‌ترسند.» «۱»

انواع ترسها

چیزهایی که باعث ترس انسان می‌شوند، فراوانند. قرآن برخی از ترسهای مهم انسان مانند ترس از خدا، ترس از مرگ و ترس از فقر را ذکر کرده است.

ترس از خدا در زندگی مؤمن اهمیت بسزایی دارد زیرا همواره او را به تقوا و جلب رضامندی خدا و پیروی از راه و رسم او و ترک محرمات و انجام اوامر الهی وامی‌دارد.

ترس از خدا در واقع یکی از ارکان ایمان و پایه‌های مهم شکل‌گیری شخصیت مؤمن به شمار می‌آید. «۲»

إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَ عَمِلُوا الصَّالِحاتِ أُولئِكَ هُمْ خَيْرُ الْبَرِيَّةِ جَزاؤُهُمْ عِنْدَ رَبِّهِمْ جَنَّاتُ عَدْنٍ تَجْرِى مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهارُ خالِدِينَ فِيها أَبَداً رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمْ وَ رَضُوا عَنْهُ ذلِكَ لِمَنْ خَشِيَ رَبَّهُ «آنان که به خدای یکتا ایمان آوردند و نیکوکار شدند آنها به حقیقت بهترین اهل عالمند. پاداش آنها نزد خدا باغهای بهشت عدن است که نهرها زیر درختانش جاری است و در آن بهشت به طور جاودان متنعمند و خدا از آنها خشنود و آنها هم از خدا راضی هستند و این بهشت، مخصوص کسی است که از خدا بترسد.» «۳»

---

(۱)- نمل: ۱۰.

(۲)- محمد الغزالی: الجانب العاطفی من الاسلام، بحث فی الخلق و السلوك و التصوف، القاهرة: دار الکتب الحدیثة (بدون تاریخ)، ص ۲۵۲- ۲۵۹.

(۳)- بیّنه: ۷، ۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۰۲

إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ إِذا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَتْ قُلُوبُهُمْ وَ إِذا تُلِيَتْ عَلَيْهِمْ آياتُهُ زادَتْهُمْ إِيماناً ...

«مؤمنان آنها هستند که چون ذکری از خدا شود (از عظمت و جلال خدا) دلهاشان ترسان و لرزان شود و چون آیات خدا را بر آنها تلاوت کنند بر مقام ایمانشان بیفزاید.» «۱»

قُلْ إِنِّي أَخافُ إِنْ عَصَيْتُ رَبِّي عَذابَ يَوْمٍ عَظِيمٍ «بگو که من اگر خدای خود را نافرمانی کنم البته از عذاب روز بزرگ (قیامت) می‌ترسم.» «۲»

... يَخافُونَ يَوْماً تَتَقَلَّبُ فِيهِ الْقُلُوبُ وَ الْأَبْصارُ «... و از روزی که دلها و دیده‌ها در آن روز حیران و مضطرب است ترسان و هراسانند.» «۳»

إِنَّا نَخافُ مِنْ رَبِّنا يَوْماً عَبُوساً قَمْطَرِيراً « (گویند) ما از قهر پروردگار خود در روزی که از رنج و سختی آن، رخسار خلق درهم و غمگین است می‌ترسیم.» «۴»

یکی از انواع ترسها که در میان مردم فراوان دیده می‌شود، ترس از مرگ است. قرآن به ترس مردم از مرگ چنین اشاره می‌کند:

---

(۱)- انفال: ۲.

(۲)- زمر: ۱۳.

(۳)- نور: ۳۷.

(۴)- انسان: ۱۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۰۳

قُلْ إِنَّ الْمَوْتَ الَّذِی تَفِرُّونَ مِنْهُ فَإِنَّهُ مُلاقِیکُمْ ...

«ای رسول ما (با جهودان) بگو عاقبت مرگی که از آن می‌گریزید شما را البته ملاقات خواهد کرد ...» «۱»

این نوع ترس به هنگام جنگ بویژه در میان سربازانی که به صحنه نبرد فرستاده می‌شوند آشکارا مشاهده می‌شود. در زمینه ترس منافقان از جنگ در قرآن چنین آمده است:

... فَلَمَّا کُتِبَ عَلَیْهِمُ الْقِتالُ إِذا فَرِیقٌ مِنْهُمْ یَخْشَوْنَ النَّاسَ کَخَشْیَهِ اللَّهِ أَوْ أَشَدَّ خَشْیَهً وَ قالُوا رَبَّنا لِمَ کَتَبْتَ عَلَیْنَا الْقِتالَ لَوْ لا أَخَّرْتَنا إِلی أَجَلٍ قَرِیبٍ قُلْ مَتاعُ الدُّنْیا قَلِیلٌ وَ الْآخِرَهُ خَیْرٌ لِمَنِ اتَّقی وَ لا تُظْلَمُونَ فَتِیلًا « (دیدی) آن‌گاه که بر آنها (در جنگ بدر) حکم جهاد آمد در آن هنگام گروهی از ایشان بیش از آن اندازه که باید از خدا بترسند از مردم (دشمنان خود) ترسیدند و گفتند ای خدا چرا بر ما حکم جنگ را واجب کردی که عمر ما را تا هنگام اجل و مرگ طبیعی به تأخیر نیفکنی (ای رسول ما به آنان که این اعتراض کنند) بگو زندگی دنیا متاعی اندك است و جهان آخرت برای هر که خداترس باشد بسیار بهتر از دنیاست و آن جا کمترین ستم درباره کسی نخواهد شد.» «۲»

وَ یَقُولُ الَّذِینَ آمَنُوا لَوْ لا نُزِّلَتْ سُورَهٌ فَإِذا أُنْزِلَتْ سُورَهٌ مُحْکَمَهٌ وَ ذُکِرَ فِیهَا الْقِتالُ رَأَیْتَ الَّذِینَ فِی قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ یَنْظُرُونَ إِلَیْکَ نَظَرَ الْمَغْشِیِّ عَلَیْهِ مِنَ الْمَوْتِ فَأَوْلی لَهُمْ «و مؤمنان می‌گویند چه شده که سوره‌ای (در حکم جهاد کفّار) نازل نشد؟ در صورتی که چون سوره‌ای محکم و صریح آمد و در آن ذکر جنگ شد حال آنان را

---

(۱)- جمعه: ۸.

(۲)- نساء: ۷۷.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۰۴

که دلهاشان مریض است بنگری که مانند کسی که از ترس مرگ، حال بی‌هوشی به او دست می‌دهد در تو نگاه می‌کنند (آری مرگ و نابودی) برای آنها سزاوارتر است.» «۱»

ترس از مرگ در میان مردم چنان رواج دارد که حتی پیامبری همچون موسی علیه السّلام نیز از آن مصون نمانده است. حضرت موسی آن طور که قرآن از زبان خودش نقل می‌کند می‌ترسید که فرعون او را بکشد.

وَ لَهُمْ عَلَیَّ ذَنْبٌ فَأَخافُ أَنْ یَقْتُلُونِ «و بر من از این قوم (قبطی) گناهی است که می‌ترسم بدان گناه مرا به قتل رسانند.» «۲»

قالَ رَبِّ إِنِّی قَتَلْتُ مِنْهُمْ نَفْساً فَأَخافُ أَنْ یَقْتُلُونِ « (موسی) گفت ای خدای من، من از فرعونیان یك نفر را کشته‌ام و می‌ترسم که (به خونخواهی و کینه دیرینه) مرا به قتل رسانند.» «۳»

تنها راه نجات از این نوع ترس، ایمان واقعی به خداست. چون مؤمن می‌داند با مردن، به یک زندگی جاویدان اخروی منتقل می‌شود و از رحمت و رضایت خدا بهره‌مند خواهد شد و اگر احساس ترس از مرگ می‌کند در حقیقت به علت آن است که می‌ترسد از آمرزش خدا بهره‌مند نشود و به رحمت و رضایت او دست نیابد. شکی نیست که ترس از مرگ، برای گناهکارانی که می‌ترسند مرگشان پیش از توبه فرا برسد، سخت

---

(۱)- محمد: ۲۰.

(۲)- شعراء: ۱۴.

(۳)- قصص: ۳۳.

است. بنابراین، ترس از مرگ در واقع به این موضوع برمی‌گردد که مرگ مانع توبه است. «۱»

به همین دلیل ترس از مرگ در رابطه‌ای بسیار نزدیک با ترس از خدا قرار دارد که ما قبلا درباره‌اش سخن گفتیم.

وَ أَنْفِقُوا مِنْ ما رَزَقْناكُمْ مِنْ قَبْلِ أَنْ يَأْتِيَ أَحَدَكُمُ الْمَوْتُ فَيَقُولَ رَبِّ لَوْ لا أَخَّرْتَنِي إِلى أَجَلٍ قَرِيبٍ فَأَصَّدَّقَ وَ أَكُنْ مِنَ الصَّالِحِينَ «و از آنچه روزی شما کردیم در راه خدا انفاق کنید پیش از آن که مرگ بر یکی از شما فرا رسد در آن حال (به حسرت) بگوید پروردگارا اجل مرا اندکی تأخیر انداز تا صدقه و احسان بسیار کنم و از نکوکاران شوم.» «۲»

قُلْ يا أَيُّهَا الَّذِينَ هادُوا إِنْ زَعَمْتُمْ أَنَّكُمْ أَوْلِياءُ لِلَّهِ مِنْ دُونِ النَّاسِ فَتَمَنَّوُا الْمَوْتَ إِنْ كُنْتُمْ صادِقِينَ وَ لا يَتَمَنَّوْنَهُ أَبَداً بِما قَدَّمَتْ أَيْدِيهِمْ وَ اللَّهُ عَلِيمٌ بِالظَّالِمِينَ « (ای رسول ما به یهودیان) بگو، ای جماعت یهود اگر پندارید که شما به حقیقت دوستداران خدایید نه مردم دیگر، پس آرزوی مرگ کنید اگر راست می‌گویید. و حال آن که در اثر آن کردار بدی که به دست خود (برای آخرت خویش) پیش فرستاده‌اند ابدا آرزوی مرگ نمی‌کنند و خدا از کردار ستمکاران آگاه است.» «۳»

ملحدانی که به رستاخیز و زندگی اخروی ایمان ندارند به این دلیل از مرگ می‌هراسند که معتقدند مرگ به معنای از بین رفتن و نیستی و نابودی است. از این رو آنها نسبت به سرنوشتی که در پایان زندگی به آن می‌رسند، بیمناکند. «۴» برخی هم چون

---

(۱)- محمد علی التسخیری: التوازن فی الاسلام، بیروت، الدار الاسلامیهٔ، ۱۹۷۹، ص ۵۹، ۶۰.

(۲)- منافقون: ۱۰.

(۳)- جمعه: ۶، ۷.

(۴)- یوسف القرضاوی: الایمان و الحیاهٔ، چاپ ۶، قاهره، مکتبهٔ وهبه، ۱۹۷۸، ص ۱۴۶، ۱۶۷.

نمی‌دانند مرگ، آنها را به چه سرنوشت نامعلومی دچار می‌کند، از آن می‌ترسند یعنی در واقع جهلشان نسبت به سرنوشت و پایان کار، باعث ترس و هراسشان می‌شود.

ترس از فقر نیز از ترسهای رایج در میان مردم است. انسان در زندگی برای کسب روزی و فراهم آوردن وسایل یک زندگی آرام و گوارا برای خود و خانواده‌اش همواره تلاش می‌کند. او معمولا- برای کسب معاش، رنج و زحمت و خستگی فراوانی را تحمل می‌کند و هر خطری که احتمالا منبع درآمدش را تهدید کند باعث ترس و هراسش می‌شود. عربها، پیش از اسلام فرزندانشان را از ترس فقر می‌کشتند ولی قرآن، این کار را منع، و آنگاه را آگاه کرد که روزی خود آنها و فرزندانشان در دست خداست.

وَ لا تَقْتُلُوا أَوْلادَكُمْ خَشْيَةَ إِمْلاقٍ نَحْنُ نَرْزُقُهُمْ وَ إِيَّاكُمْ إِنَّ قَتْلَهُمْ كانَ خِطْأً كَبِيراً «و فرزندان خود را از ترس فقر به قتل نرسانید که ما رازق شما و آنها هستیم زیرا قتل فرزندان گناه بسیار بزرگی است.» «۱»

... وَ لا تَقْتُلُوا أَوْلادَكُمْ مِنْ إِمْلاقٍ نَحْنُ نَرْزُقُكُمْ وَ إِيَّاهُمْ ...

«... فرزندان خود را از بیم فقر نکشید، ما شما و آنها را روزی می‌دهیم ...» «۲»

یکی از ویژگیهای ایمان به خدا این است که ترس از فقر را در انسان از بین می‌برد چون فرد مؤمنی که براستی به خدا معتقد است، یقین دارد که روزی در دست خداست و به همین دلیل دیگر انگیزه‌ای برای ترس از فقر ندارد.

إِنَّ اللَّهَ هُوَ الرَّزَّاقُ ذُو الْقُوَّةِ الْمَتِینُ «همانا روزی بخشنده خلق تنها خداست که صاحب قوت و اقتدار است.» «۳»

---

(۱)- اسراء: ۳۱.

(۲)- انعام: ۱۵۱.

(۳)- ذاریات: ۵۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۰۷

وَ فِی السَّماءِ رِزْقُکُمْ وَ ما تُوعَدُونَ «و روزی شما با همه وعده‌هایی که به شما داده شد در آسمان (به امر خدا مقدر) است.» «۱»

بنابراین، آن ترس واقعی که مؤمن احساسش می‌کند در حقیقت، همان ترس از خداست «۲» چه، ایمان به خدا باعث می‌شود که مؤمن از مرگ یا فقر یا از مردم و یا از هر چیز دیگری در این دنیا نترسد و تنها از خشم و غضب و عذاب خدا بیمناک باشد.

ترس از خدا، وظیفه‌ای مهم و مفید در زندگی مؤمن انجام می‌دهد یعنی او را از ارتکاب گناه دور می‌سازد و در نتیجه از دچار شدن به خشم و عذاب الهی حفظ می‌کند.

علاوه بر این، او را به انجام عبادت و کارهای شایسته برای کسب رضای خدا تشویق می‌کند. زیرا ترس از خدا سرانجام به این موضوع منتهی می‌شود که مؤمن در خود نوعی امنیت روانی احساس کند چرا که در چنین حالتی وجودش را هاله‌ای از امیدواری نسبت به عفو و رضای خداوند فرا می‌گیرد.

إِنَّ الَّذِینَ قالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقامُوا تَتَنَزَّلُ عَلَیْهِمُ الْمَلائِکَةُ أَلَّا تَخافُوا وَ لا تَحْزَنُوا وَ أَبْشِرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِی کُنْتُمْ تُوعَدُونَ «آنان که گفتند محققا پروردگار ما خدای (یکتا) است و بر این ایمان پایدار ماندند فرشتگان (رحمت) بر آنها نازل شوند (و مژده دهند) که دیگر هیچ ترسی (از وقایع آینده) و حزن و اندوهی (از گذشته خود) ندارید و شما را به همان بهشتی که (انبیاء) وعده دادند بشارت باد.» «۳»

---

(۱)- ذاریات: ۲۲.

(۲)- محمد علی التسخیری، التوازن فی الاسلام، ص ۶۱.

(۳)- فصلت: ۳۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۰۸

ب- خشم

خشم، یکی از عواطف مهم انفعالی است که کار با اهمیّتی برای انسان انجام می‌دهد یعنی به او در حفظ و نگهداری خویش کمک می‌کند، زیرا وقتی انسان خشمگین می‌شود نیرویش برای انجام کارهای سخت عضلانی افزایش می‌یابد «۱» و این حالت، او را برای دفاع از خود یا غلبه بر مشکلاتی که مانع تحقق اهداف مهمّش می‌شوند، قادر می‌سازد.

قرآن متذکر می‌شود با کفاری که در برابر گسترش اسلام ایستادگی می‌کنند با خشونت و شدّت رفتار شود و این همان سختگیری است که از نیروی خشم در راه خدا و گسترش دعوت الهی، سرچشمه می‌گیرد. قرآن در توصیف پیامبر صلّی اللّه علیه و آله و مؤمنان همراهش چنین می‌فرماید:

... مُحَمَّدٌ رَسُولُ اللَّهِ وَ الَّذِینَ مَعَهُ أَشِدَّاءُ عَلَی الْکُفَّارِ رُحَماءُ بَیْنَهُمْ ...

«محمد صلّی اللّه علیه و آله فرستاده خداست و یاران و همراهانش بر کافران، بسیار سختگیر و با یکدیگر بسیار مشفق و مهربانند ...»

«۲»

یا أَیُّهَا الَّذِینَ آمَنُوا قاتِلُوا الَّذِینَ یَلُونَکُمْ مِنَ الْکُفَّارِ وَ لْیَجِدُوا فِیکُمْ غِلْظَةً وَ اعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ مَعَ الْمُتَّقِینَ «ای اهل ایمان با کافران از هر که با شما نزدیکتر است شروع به جهاد کنید و باید کفّار در شما درشتی و نیرومندی و پایداری حس کنند و بدانید که خدا همیشه با

---

(۱)- هنگـامی که به انسـان حالت انفعالی خشم، یا بطور کلی عواطف انفعالی دیگر دست می‌دهـد، تغییرات فیزیولوژیک زیادی در بـدن ایجاد می‌شود که یکی از آنها آزاد شـدن هورمون آدرنالین است که بر کبـد اثر می‌گـذارد و باعث می‌شود کبد مقدار زیادی مواد قنـدی ترشـح کنـد و این به نوبه خود موجب افزایش نیروی بدنی می‌شود و انسان را آماده فعالیتهای شدیدی می‌کند که هنگام دفاع از خود در حالت خشم و یا فرار در مواقع ترس به آن نیاز دارد.

(۲)- فتح: ۲۹.

پرهیزکاران است.» «۱»

یا أَیُّهَا النَّبِیُّ جاهِدِ الْکُفَّارَ وَ الْمُنافِقِینَ وَ اغْلُظْ عَلَیْهِمْ وَ مَأْواهُمْ جَهَنَّمُ وَ بِئْسَ الْمَصِیرُ «الا ای رسول (گرامی) اینک با کفار و منافقان به جهاد و کارزار پرداز و بر آنها (تا ایمان نیاورده‌اند) سخت‌گیر (و بدان که) مأوای آنها دوزخ است و بسیار بد منزلگاهی است.» «۲»

در قرآن حالت انفعالی خشم و تأثیرش بر رفتار انسان توصیف شده است. این موضوع را آن جا که قرآن درباره موسی علیه السّلام سخن می‌گویـد، می‌یـابیم. موسـی، وقـتی از طـور برمی‌گردد و می‌بینـد کـه بنی اسـرائیل گوسـاله طلایی سـاخته دسـت سـامری را می‌پرستند، الواح را به زمین می‌اندازد، سر برادرش را می‌گیرد و به طرف خود می‌کشد و او را مورد سرزنش و عتاب قرار می‌دهد.

وَ لَمَّا رَجَعَ مُوسی إِلی قَوْمِهِ غَضْبانَ أَسِفاً قالَ بِئْسَما خَلَفْتُمُونِی مِنْ بَعْدِی أَ عَجِلْتُمْ أَمْرَ رَبِّکُمْ وَ أَلْقَی الْأَلْواحَ وَ أَخَذَ بِرَأْسِ أَخِیهِ یَجُرُّهُ إِلَیْهِ قالَ ابْنَ أُمَّ إِنَّ الْقَوْمَ اسْتَضْعَفُونِی وَ کادُوا یَقْتُلُونَنِی فَلا تُشْمِتْ بِیَ الْأَعْداءَ وَ لا تَجْعَلْنِی مَعَ الْقَوْمِ الظَّالِمِینَ «و چون موسی به سوی قوم خود بازگشت به حال خشم و تأسف به قوم خود گفت شـما پس از من بسـیار بد حفظ الغیب من کردید، آیا در امر خدای خود شتاب کردیـد؟ و الواح را به زمین انـداخت و از فرط غضب سـر برادرش (هارون) را به سوی خود کشـید، (هارون) گفت ای فرزند مادرم (ای جان برادر) بر من خشمگین مباش که (من با نهایت کوشش و فداکاری هدایت قوم کردم) آنها مرا

---

(۱)- توبه: ۱۲۳.

(۲)- تحریم: ۹.

خوار و زبون داشـتند تا آن جا که نزدیک بود مرا بکشـند پس تو (به خشم خود) دشـمنان را بر من شاد مگردان و مرا در عداد مردم ستمکار مشمار.» «۱»

قالَ یا هارُونُ ما مَنَعَکَ إِذْ رَأَیْتَهُمْ ضَلُّوا أَلَّا تَتَّبِعَنِ أَ فَعَصَیْتَ أَمْرِی قالَ یَا بْنَ أُمَّ لا تَأْخُذْ بِلِحْیَتِی وَ لا بِرَأْسِی إِنِّی خَشِیتُ أَنْ تَقُولَ فَرَّقْتَ بَیْنَ بَنِی إِسْرائِیلَ وَ لَمْ تَرْقُبْ قَوْلِی «موسی (چون بازگشت، با عتاب) به هارون گفت مانع تو چه بود که وقتی قوم گمراه شدند از پی من نیامدی؟ چرا نافرمانی امر من کردی. (هارون) گفت ای برادر مهربان (بر من قهر و عتاب مکن و) سـر و ریش من مگیر، عذر من این بود که ترسیدم (اگر در پی تو آیم) بگویی تو میان بنی اسرائیل تفرقه انداختی و به سخنم وقعی ننهادی.» «۲»

انسـان میـل دارد بـا یورش به موانعی که مانع ارضای انگیزه‌ها و یا تحقق اهـدافش هسـتند در برابر حالت انفعالی خشم واکنش نشان دهـد اعم از این که موانع مزبور اشـخاص و افراد باشـند یا موانع مادی و یا محـدودیتهای اجتماعی. اما اغلب اتفاق می‌افتد که انسان

خشم خود را به اشـخاص دیگری منتقـل می‌کنـد که در واقع آنهـا مـانع تحقق اهـداف او و یـا علت واقعی برانگیختن حالت انفعالی خشم در وی نبودنـد. مثلاـ گـاهی کودکی از پـدرش خشـمگین می‌شود ولی عکس العمـل خشـمش را به برادر کوچکـترش منتقل می‌کنـد و او را به بهانه‌هـای ناچیزی کتک می‌زنـد. این کار «جابجایی» «۳» نـام دارد. در قرآن نیز نمونه‌ای از انتقـال خشم در رفتـار حضـرت موسـی علیه السّلام آمده است، آن جا که از قومش به سبب گوساله پرستی آنها خشمگین می‌شود اما در آغاز، خشمش را متوجه برادرش هارون علیه السّلام می‌کند و سر و ریشش را می‌گیرد و خشمگینانه به طرف خود می‌کشد.

---

(۱)- اعراف: ۱۵۰.

(۲)- طه: ۹۲- ۹۴.

(۳)- Displacement.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۱۱

گـاهی اتفـاق می‌افتـد که انسان از دست کسـی خشـمگین می‌شود، ولی در عین حال به سـبب این که احتمال می‌دهـد اظهار خشـم نسـبت به آن شـخص عواقب ناپسندی داشته باشد، خشمش را آشکارا متوجه او نمی‌کند، در چنین موقعیتهایی هم انسان خشمش را متوجه افراد دیگر می‌کنـد یـا به شکسـتن و خورد کردن چیزهـای مـادی دیگری می‌پردازد و یـا حتی گـاهی خشم را متوجه خودش می‌کند و رفتاری ظالمانه نسبت به خود انجام می‌دهد.

قرآن، یـک نمونه واقعی می‌آورد که ضـمن آن، مسأله انتقـال رفتـار پرخاشـگرانه را نسبت به خود از کسـانی که در حقیقت باعث برانگیختگی خشم انسان می‌شوند، توضیح می‌دهد. قرآن، آن جا که به توصیف منافقان می‌پردازد، متذکر می‌شود که آنها از شدّت خشم نسـبت به مؤمنان انگشـتانشان را گاز می‌گیرند و بدیهی است وقتی انسان از شدت خشم انگشتانش را گاز می‌گیرد در واقع به جـای این که رفتاری پرخاشـگرانه با دیگران داشته باشـد، این عمل را نسـبت به خود انجام می‌دهـد و به خودآزاری ولو به صورت سمبلیک، می‌پردازد.

هـا أَنْتُمْ أُولاءِ تُحِبُّونَهُمْ وَ لا یُحِبُّونَکُمْ وَ تُؤْمِنُونَ بِالْکِتابِ کُلِّهِ وَ إِذا لَقُوکُمْ قالُوا آمَنَّا وَ إِذا خَلَوْا عَضُّوا عَلَیْکُمُ الْأَنامِلَ مِنَ الْغَیْظِ قُلْ مُوتُوا بِغَیْظِکُمْ إِنَّ اللَّهَ عَلِیمٌ بِذاتِ الصُّدُورِ «آگـاه باشـید چنـان که شـما آنهـا را (یعنی کـافران را) دوست می‌داریـد آنـان شـما را دوسـت نمی‌دارنـد شـما چون به همه کتب آسـمانی ایمان داریـد به آنها محبت می‌کنید اما آنها در مجامع شـما اظهار ایمان می‌کنند و چون تنها شوند از شدت کینه سرانگشت خشم به دندان گیرند، بگو بدین خشم بمیرید، خدا از درون دلها کاملا آگاه است.» «۱»

---

(۱)- آل عمران: ۱۱۹. در المعجم الوسیط آمده است که «غاضه غیظا» یعنی او را بشدت به خشم آورده است، ج ۲، ص ۶۶۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۱۲

هنگـامی که نیروی غضب بر انسان چیره می‌شود، قـدرت درست اندیشـیدن از کار می‌افتـد و گاهی رفتارهای نابهنجار از انسان سـر می‌زند، یا سـخنانی می‌گوید که پس از فرو نشستن خشمش، پشیمان می‌شود. در آیاتی که خشم حضرت موسی بازگو شده است و قبلاـ به ذکر آنهـا پرداختیم، دیـدیم که موسـی الواح را بر زمین انـداخت و سـرو و ریش برادرش را گرفت و بـا خشم به طرف خود کشید و به گمان این که هارون در کارش یعنی نهی بنی اسرائیل از گوساله‌پرستی کوتاهی کرده است، او را مورد سرزنش قرار داد. اما، زمانی که خشـمش برطرف شـد و آرامش خود را بازیافت و متوجه شد که هارون آنها را از این کار بازداشـته بود و آنان بودند که او را نـاتوان و ضـعیف شـمردند و نزدیـک بـود به قتلش برساننـد، از خـدا نسبت به آنچه که در مورد برادرش پیش از شـناختن حقیقت ماجرا انجام داده بود، آمرزش خواست.

قـالَ رَبِّ اغْفِرْ لِي وَ لِأَخِي وَ أَدْخِلْنا فِي رَحْمَتِكَ وَ أَنْتَ أَرْحَمُ الرَّاحِمِينَ « (موسـی) گفت پروردگـارا من و برادرم را بیـامرز و در رحمت خود داخل گردان که تو مهربانترین مهربانانی.» «۱»
از آن جـا که به هنگـام برانگیخته شـدن خشم و بطـور کلی عواطـف شدیـد انفعـالی، انسـان قـدر تفکر درست را از دست می‌دهـد. شایسته است که در چنین حـالتی از دست زدن به کارهایی که بعـدا از انجام آنها پشـیمان خواهـد شـد، بپرهیزد. علاوه بر این، لازم است چگونگی تسـلط بر نیروی غضب را نیز بیـاموزد. از همین جـا علت این که خداونـد مردم را به حـاکم شـدن و تسـلط بر انفعال خشم و فروخوردن آن سـفارش می‌کنـد، روشن می‌شود و ما به هنگام بحث درباره «مهار کردن عواطف انفعالی» این مسأله را مورد بحث قرار خواهیم داد.

---

(۱)- اعراف: ۱۵۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۱۳

ج- محبت

اشاره

محبت اهمیت زیـادی در زنـدگی انسـان دارد، زیرا پـایه زنـدگی زناشویی و تشـکیل خانواده و سـرپرستی فرزنـدان و ریشه پیونـد و همبسـتگی میان مردم و تشـکیل روابط گرم انسانی است. دوستی و محبت، ریسمان محکمی است که انسان را به خدا پیوند می‌دهد و باعث اخلاص در عبادت و پیروی از راه و روش الهی و تمسک و پایبندی به دین و شریعت می‌شود.
عشق و محبت به اشـکال گوناگون در زنـدگی انسان بروز می‌کنـد. انسان گاهی خودش، زمانی مردم، گاهی زن و فرزنـد، هنگامی پول و ثروت و زمانی نیز خدا و پیامبر را دوست می‌دارد. ما نمونه‌هایی از این محبتها را می‌توانیم در قرآن بیابیم. «۱»

۱- حب ذات

حب ذات در رابطه‌ای بسـیار نزدیک با انگیزه حفظ ذات، قرار دارد. انسان علاقه‌منـد است زنـده بماند و امکانات زندگی را توسـعه دهـد و هـویت ذاتی خود را تحقق بخشـد و بطور کلی هر چه را که برایش خیر و امنیت و خوشـبختی می‌آورد، دوست دارد و از هر چه که مانع زنـدگی و رشـد و تحقّق شخصـیت اوست و همچنین چیزهایی که برایش رنج‌آور و آزار دهنده و زیانبخش است، متنفر است. قرآن از این حب ذات فطری در انسان، و تمایلش برای رسـیدن به چیزهای سودمنـد (جلب منافع) و دوری از چیزهای بد (دفع مضرّات) که برایش ضرر دارد، سخن به میان آورده است؛ آن جا که از زبان پیامبر صلّی اللّه علیه و آله نقل می‌کند که:
... وَ لَوْ كُنْتُ أَعْلَمُ الْغَيْبَ لَاسْتَكْثَرْتُ مِنَ الْخَيْرِ وَ ما مَسَّنِيَ السُّوءُ ...

---

(۱)- محبت دنیا برای خود دنیا منشأ همه گونه فتنه و فساد است، اما برای رضای خدا و تحصـیل آخرت، سرچشـمه همه خوبیهاست. ر، ك: توبه: ۳۸، فاطر: ۵، حدید: ۲۰، قیامت: ۲۰، ۲۱، همزه: ۱ تا ۴، نازعات: ۳۷ تا ۳۹- م.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۱۴

«... و اگر مـن از غیـب (جز آنچـه کـه بـه وحی می‌دانم) آگـاه بـودم بر خیر و نفع خـود همیشه می‌افزودم و هیـچ گـاه زیـان و رنج نمی‌دیدم ...». «۱»

یکی از مظاهر حب ذات در انسان، عشق شدید به جمع آوری مال است که به واسطه آن می‌تواند به همه خواسته‌هایش دست یابد و تمام وسایل آسایش و رفاه زندگی را مهیّا کند. قرآن، عشق شدید انسان به مال را چنین بیان می‌کند:

وَ إِنَّهُ لِحُبِّ الْخَيْرِ لَشَدِيدٌ « (و او (انسان) بر حب مال دنیا سخت فریفته و بخیل است.» «۲»

یکی دیگر از مظاهر حب ذات در انسان، این است که او همیشه خیر و خوبی از قبیل مال و تندرستی و چیزهای خوب و نعمتهای دیگر را برای خود می‌خواهد و اگر شرّی یا بلایی و یا فقری به او برسد ناامیدی شدیدی او را در بر خواهد گرفت و گمان می‌کند بعد از آن دیگر هرگز روی خوشی نخواهد دید.

لا يَسْأَمُ الْإِنْسانُ مِنْ دُعاءِ الْخَيْرِ وَ إِنْ مَسَّهُ الشَّرُّ فَيَؤُسٌ قَنُوطٌ «انسان حریص، از خدا به دعا تمنّای خیر می‌کند و هرگز خسته نمی‌شود ولی اگر شر و آسیبی به او رسد، مأیوس و ناامید می‌گردد.» «۳»

همچنین، یکی دیگر از نمادهای حب ذات در انسان این است که، هرگاه گرفتار بلایی شود، یا آزاری به او رسد، حالت ترس و بی‌تابی از آن گرفتاری به او دست می‌دهد. از سوی دیگر اگر مالی به چنگ آورد، حرص شدیدی نسبت به آن نشان می‌دهد و حتی از صدقه دادن بخشی از مال خویش به نیازمندان، امتناع می‌ورزد.

---

(۱)- اعراف: ۱۸۸.

(۲)- عادیات: ۸.

(۳)- فصلت: ۴۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۱۵

إِنَّ الْإِنْسانَ خُلِقَ هَلُوعاً إِذا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعاً وَ إِذا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعاً «انسان طبعا حریص و بی‌صبر آفریده شده است. چون شرّی به او رسد سخت جزع و بی‌قراری کند. و چون مال و دولتی به او رو کند (بخل ورزد و) منع (احسان) کند.» «۱»

شایان ذکر است که حب ذات در انسان تا آن جا که از چارچوبی مشخص تجاوز نکند قابل قبول است، اما ضرورة می‌بایست با دوست داشتن و خیرخواهی مردم توأم باشد تا تعدیل برقرار شود.

۲- نوعدوستی

انسان برای این که بتواند خود را با دیگران هماهنگ کند و در حال مسالمت به سر برد، شایسته است که، دامنه حبّ ذات و خودخواهی را محدود کند و در ایجاد موازنه میان خوددوستی و نوعدوستی و همکاری با مردم و دراز کردن دست یاری به سوی آنان، بکوشد. از این رو خداوند متعال به هنگام اشاره به حب ذات در انسان- که در شکل ترس و بی‌تابی به هنگام گرفتاری و حرص و آز در به دست آوردن چیزهای خوب و خسّت و بخل و نبخشیدن آنها به مردم، بروز می‌یابد- مستقیما از کسانی که در برابر زیاده‌روی در حبّ ذات می‌ایستند ستایش می‌کند. افراد اخیر به هنگام گرفتار شدن به بلایا، اظهار ترس و بی‌تابی نمی‌کنند و هنگام دستیابی به نعمتها بخل نمی‌ورزند و به ایمان تمسک می‌جویند، نماز به پا می‌دارند و زکات پرداخت می‌کنند، به فقرا و بی‌خانمانها و محرومان صدقه می‌دهند و از کارهایی که موجب خشم خدا می‌شود، پرهیز می‌کنند. بدین ترتیب، ویژگی چنین ایمانی، ایجاد توازن میان خوددوستی و نوعدوستی است به طوری که هم منافع فرد و هم جامعه را حفظ می‌کند.

---

(۱)- معارج: ۱۹- ۲۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۱۶

إِنَّ الْإِنْسانَ خُلِقَ هَلُوعاً إِذا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعاً وَ إِذا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعاً إِلَّا الْمُصَلِّينَ الَّذِينَ هُمْ عَلى صَلاتِهِمْ دائِمُونَ وَ الَّذِينَ فِي أَمْوالِهِمْ حَقٌّ مَعْلُومٌ لِلسَّائِلِ وَ الْمَحْرُومِ وَ الَّذِينَ يُصَدِّقُونَ بِيَوْمِ الدِّينِ وَ الَّذِينَ هُمْ مِنْ عَذابِ رَبِّهِمْ مُشْفِقُونَ «انسان طبعا حریص و بی‌صبر آفریده شده است. چون شرّی به او رسد سخت جزع و بی‌قراری کند. و چون مال و دولتی به او رو کند منع (احسان) کند. مگر نمازگزاران (حقیقی). آنان که دایم در نماز و طاعت الهی عمر گذرانند. و آنان که در مال و دارایی خود حقی معیّن و معلوم گردانند. تا به سائل آبرومند و محروم برسانند. و آنان که روز قیامت و جزا را تصدیق کنند. و آنان که از قهر و عذاب خدای خویش سخت ترسانند.» «۱»

قرآن مردم را به محبت و همبستگی میان خود و همکاری و نگهداری همدیگر و برادری تشویق می‌کند.

وَ اعْتَصِمُوا بِحَبْلِ اللَّهِ جَمِيعاً وَ لا تَفَرَّقُوا وَ اذْكُرُوا نِعْمَتَ اللَّهِ عَلَيْكُمْ إِذْ كُنْتُمْ أَعْداءً فَأَلَّفَ بَيْنَ قُلُوبِكُمْ فَأَصْبَحْتُمْ بِنِعْمَتِهِ إِخْواناً ...

«و همگی به رشته دین خدا چنگ زده و به راههای متفرق نروید و به یاد آورید این نعمت بزرگ خدا را که شما با هم دشمن بودید و خدا در دلهای شما الفت و مهربانی انداخت و به لطف خداوند همه برادر دینی یکدیگر شدید ...» «۲»

---

(۱)- معارج: ۱۹- ۲۷.

(۲)- آل عمران: ۱۰۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۱۷

... هُوَ الَّذِي أَيَّدَكَ بِنَصْرِهِ وَ بِالْمُؤْمِنِينَ وَ أَلَّفَ بَيْنَ قُلُوبِهِمْ لَوْ أَنْفَقْتَ ما فِي الْأَرْضِ جَمِيعاً ما أَلَّفْتَ بَيْنَ قُلُوبِهِمْ وَ لكِنَّ اللَّهَ أَلَّفَ بَيْنَهُمْ إِنَّهُ عَزِيزٌ حَكِيمٌ «... اوست که به نصرت خود و یاری مؤمنان تو را منصور و مؤید گردانید. و الفت داد دلهای مؤمنان را، دلهایی که اگر تو با تمام ثروت روی زمین می‌خواستی بینشان الفت دهی نمی‌توانستی، لیکن خدا بین آنها الفت ایجاد کرد و او (بر هر کار) مقتدر و (به اسرار و مصالح امور) داناست.» «۱»

قرآن از انصار به دلیل اظهار محبت صادقانه نسبت به مسلمانان مهاجر و کمک به آنان، تمجید و ستایش کرده است چون انصار به مهاجرین پناه دادند و در خانه و اموال خود شریکشان کردند و آنها را حتی بر خودشان ترجیح دادند.

وَ الَّذِينَ تَبَوَّؤُا الدَّارَ وَ الْإِيمانَ مِنْ قَبْلِهِمْ يُحِبُّونَ مَنْ هاجَرَ إِلَيْهِمْ وَ لا يَجِدُونَ فِي صُدُورِهِمْ حاجَةً مِمَّا أُوتُوا وَ يُؤْثِرُونَ عَلى أَنْفُسِهِمْ وَ لَوْ كانَ بِهِمْ خَصاصَةٌ وَ مَنْ يُوقَ شُحَّ نَفْسِهِ فَأُولئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ «و آنان (انصار) که پیش از (هجرت) مهاجران مدینه را خانه ایمان گرداندند و مهاجرین را که به سوی آنها آمدند دوست می‌دارند و در دل خود هیچ حاجتی (و حسد و بخلی) نسبت به آنها نمی‌یابند و هر چند به چیزی نیازمند باشند باز مهاجران را بر خویش در آن چیز مقدم می‌دارند و کسانی که از خوی بخل و حرص دنیا محفوظ نگاه داشته شوند به حقیقت رستگاران عالمند.» «۲»

قرآن از مؤمنان می‌خواهد که همدیگر را آن چنان دوست بدارند که برادری، برادرش را دوست می‌دارد و این خود انسان را راهنمایی می‌کند که در حبّ ذات زیاده‌روی نکند

---

(۱)- انفال: ۶۲، ۶۳.

(۲)- حشر: ۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۱۸

و برادر مؤمنش را نیز دوست بدارد چون محبت دیگران، موجب تعدیل خود دوستی و مانع گسترش دامنه آن می‌شود.

إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ فَأَصْلِحُوا بَيْنَ أَخَوَيْكُمْ وَ اتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ «به حقیقت مؤمنان همه برادر یکدیگرند پس همیشه بین

برادران ایمانی خود صلح دهید و خداترس و پرهیزکار باشید، باشد که مورد لطف و مرحمت الهی واقع گردید.» «۱»
وَ الْمُؤْمِنُونَ وَ الْمُؤْمِناتُ بَعْضُهُمْ أَوْلِیاءُ بَعْضٍ ...
«مردان و زنان مؤمن دوستان یکدیگرند ...» «۲»
از پیامبر اکرم صلّی اللّه علیه و آله منقول است که فرمود:
«لا تدخلون الجنّهٔ حتّی تؤمنوا، و لا تؤمنوا حتّی تحابّوا. أولا أدلّکم علی شیء إذا فعلتموه تحاببتم؟ أفشوا السّلام بینکم» «وارد بهشت نمی‌شوید مگر این که ایمان بیاورید و ایمان نمی‌آورید مگر این که همدیگر را دوست بدارید. آیا شما را راهنمایی نکنم به کاری که اگر آن را انجام دهید همدیگر را دوست خواهید داشت؟ سلام را میان خود آشکار کنید (به همدیگر سلام کنید).» «۳»

---

(۱)- حجرات: ۱۰.

(۲)- توبه: ۷۱.

(۳)- حدیث شماره ۴۲ از مختصر صحیح مسلم، حافظ المنذری، به کوشش و تحقیق: ناصرالدین الآلبانی، چاپ سوم، بیروت، المکتب الاسلامی، ۱۹۷۷.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۱۹

و در جایی دیگر می‌فرماید:
«و الّذی نفسی بیده، لا یومن عبد حتّی یحبّ لجاره أو قال لأخیه ما یحبّ لنفسه» «سوگند به کسی که جانم در قبضه قدرت اوست ایمان نمی‌آورد بنده‌ای مگر این که دوست بدارد برای همسایه‌اش (و یا برادرش) آنچه را که برای خودش دوست می‌دارد.» «۱»

۳- محبت جنسی

مسأله محبت رابطه‌ای عمیق با انگیزه جنسی دارد. چون محبّت در واقع باعث ادامه پیوند و هماهنگی و همکاری زن و شوهر می‌شود و به همین دلیل برای تداوم زندگی خانوادگی، کاملا ضرورت دارد.
وَ مِنْ آیاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَکُمْ مِنْ أَنْفُسِکُمْ أَزْواجاً لِتَسْکُنُوا إِلَیْها وَ جَعَلَ بَیْنَکُمْ مَوَدَّةً وَ رَحْمَةً إِنَّ فِی ذلِکَ لَآیاتٍ لِقَوْمٍ یَتَفَکَّرُونَ «و باز یکی از آیات لطف الهی آن است که برای شما از جنس خودتان جفتی بیافرید که به او آرامش یافته و با هم انس گیرید و میان شما رأفت و مهربانی برقرار فرمود و در این امر نیز برای مردم با فکرت ادله علم و حکمت حق آشکار است.» «۲»
زُیِّنَ لِلنَّاسِ حُبُّ الشَّهَواتِ مِنَ النِّساءِ ...

---

(۱)- حدیث شماره ۲۴. مأخذ فوق.

(۲)- روم: ۲۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۲۰

«مردم (ظاهربین دنیاپرست کوته‌نظر) را آرایش حب شهوات نفسانی که عبارتند از میل به زنان و ... در نظر زیبا و دلفریب است.» «۱»
قرآن در جریان داستان یوسف علیه السّلام و زن عزیز مصر به محبت جنسی چنین اشاره می‌کند:
وَ قالَ نِسْوَةٌ فِی الْمَدِینَةِ امْرَأَتُ الْعَزِیزِ تُراوِدُ فَتاها عَنْ نَفْسِهِ قَدْ شَغَفَها حُبًّا إِنَّا لَنَراها فِی ضَلالٍ مُبِینٍ «و زنان شهر (مصر) زبان به ملامت گشودند که زن عزیز (خاطر خواه یوسف شده است) و قصد مراوده با غلام خویش دارد و عشق یوسف او را شیفته و فریفته ساخته

است و ما او را از فرط محبّت کاملا در ضلالت می‌بینیم.» «۲»

قالَتْ فَذلِکُنَّ الَّذِی لُمْتُنَّنِی فِیهِ وَ لَقَدْ راوَدْتُهُ عَنْ نَفْسِهِ فَاسْتَعْصَمَ وَ لَئِنْ لَمْ یَفْعَلْ ما آمُرُهُ لَیُسْجَنَنَّ وَ لَیَکُوناً مِنَ الصَّاغِرِینَ قالَ رَبِّ السِّجْنُ أَحَبُّ إِلَیَّ مِمَّا یَدْعُونَنِی إِلَیْهِ وَ إِلَّا تَصْرِفْ عَنِّی کَیْدَهُنَّ أَصْبُ إِلَیْهِنَّ وَ أَکُنْ مِنَ الْجاهِلِینَ « (زلیخا) گفت این است آن غلامی که مرا در محبتش ملامت می‌کردید، آری من خود از وی تقاضای مراوده کردم و او عفت ورزید و اگر از این پس هم خواهش مرا ردّ کند البته زندانی شود و ذلیل و خوار گردد. یوسف گفت ای خدا مرا رنج زندان خوشتر از این کار زشتی است که زنان از من تقاضا دارند، بار الها اگر تو حیله اینان به لطف و عنایت خود از من دفع نفرمایی به آنها میل کرده و از اهل جهالت و شقاوت گردم.» «۳»

---

(۱)- آل عمران: ۱۴.

(۲)- یوسف: ۳۰.

(۳)- یوسف: ۳۲، ۳۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۲۱

ما در فصل گذشته که به بررسی انگیزه‌های رفتار در قرآن اختصاص داشت، در جریان بحث درباره انگیزه جنسی توضیح دادیم که اسلام به وجود انگیزه جنسی معترف است و منکر آن نیست و طبیعهٔ عشق جنسی را که همراه انگیزه جنسی است، قبول دارد زیرا محبت جنسی یک حالت انفعالی فطری در وجود انسان است که از نظر اسلام قابل انکار نمی‌باشد و در برابر آن از خود مقاومتی نشان نمی‌دهد و نیز آن را سرکوب نمی‌کند و تنها مردم را به غلبه و حاکمیت بر آن فرا می‌خواند. ارضای این انگیزه از نظر اسلام، از طریق مشروع که همان ازدواج است، امکان‌پذیر می‌باشد.

۴- محبت پدری

ما در فصل اول این کتاب درباره انگیزه مادری به عنوان یکی از انگیزه‌های فیزیولوژیک سخن گفتیم، زیرا انگیزه مادری بر پایه تغییرات فیزیولوژیک استوار است یعنی همان تغییرات بدنی که در طول حاملگی و زایمان و شیردهی در مادر ایجاد می‌شود. این تغییرات بدنی (فیزیولوژیک)، مادر را آن چنان محکم و قوی به کودکش پیوند می‌دهد که اثرات آن در انگیزه مادری، که عشق به فرزندان و مهربانی نسبت به آنان و سرپرستی آنها از نمونه‌های مشخص آن هستند، تبلور می‌یابد و ما قبلا در مبحث انگیزه مادری به این مسائل اشاره کردیم.

از آن جا که پدر با فرزندان خود آن روابط فیزیولوژیک که مادر را به فرزندان پیوند می‌دهد، ندارد، روان‌شناسان جدید انگیزه پدری را مانند انگیزه مادری، انگیزه‌ای فیزیولوژیک به شمار نمی‌آورند، بلکه آن را انگیزه‌ای روانی می‌دانند و انگیزه پدری در ابراز محبت او نسبت به فرزندان تجلی می‌یابد زیرا فرزندان برای پدران مایه لذت و شادی و منشأ قدرت و مقام و عامل مهمی در ادامه نقش آنها در زندگی و نیز یادگار آنها پس از مرگشان هستند. این موضوع از دعای حضرت زکریا علیه السّلام که از پروردگارش می‌خواهد به او پسری عطا کند که وارث او و خاندان یعقوب باشد، روشن می‌شود.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۲۲

قالَ رَبِّ إِنِّی وَهَنَ الْعَظْمُ مِنِّی وَ اشْتَعَلَ الرَّأْسُ شَیْباً وَ لَمْ أَکُنْ بِدُعائِکَ رَبِّ شَقِیًّا وَ إِنِّی خِفْتُ الْمَوالِیَ مِنْ وَرائِی وَ کانَتِ امْرَأَتِی عاقِراً فَهَبْ لِی مِنْ لَدُنْکَ وَلِیًّا یَرِثُنِی وَ یَرِثُ مِنْ آلِ یَعْقُوبَ وَ اجْعَلْهُ رَبِّ رَضِیًّا «عرض کرد پروردگارا استخوان (و ارکان حیات من) سست شد و فروغ پیری بر سرم بتافت و با وجود این من از دعایی به درگاه کرم تو (چشم امید دارم و) خود را هرگز از عطای تو محروم

ندانسته‌ام. بار الها من از این وارثان کنونی (که پسر عموهایم هستند) بیمناکم و زوجه من هم نازا و عقیم است، خدایا از لطف خاص خود فرزندی صالح و جانشینی شایسته به من عطا فرما. که وارث من و همه خاندان یعقوب باشد و او را وارثی پسندیده و صالح قرار ده.» «۱»

با دقت در آیات قرآن ملاحظه خواهیم کرد که در بسیاری از آیات، حبّ فرزندان، همراه حبّ مال آمده است.

الْمالُ وَ الْبَنُونَ زِینَهُ الْحَیاهِ الدُّنْیا ...

«مال و فرزندان زینت و آرایش زندگی دنیا هستند.» «۲»

ثُمَّ رَدَدْنا لَکُمُ الْکَرَّهَ عَلَیْهِمْ وَ أَمْدَدْناکُمْ بِأَمْوالٍ وَ بَنِینَ وَ جَعَلْناکُمْ أَکْثَرَ نَفِیراً «آنگاه شما را برگردانیم و بر آنها غلبه دهیم و به مال و فرزندان نیرومند مدد بخشیم و عدّه (جنگجویان) شما را بسیار گردانیم.» «۳»

---

(۱)- مریم: ۴- ۶.

(۲)- کهف: ۴۶.

(۳)- اسراء: ۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۲۳

وَ یُمْدِدْکُمْ بِأَمْوالٍ وَ بَنِینَ وَ یَجْعَلْ لَکُمْ جَنَّاتٍ وَ یَجْعَلْ لَکُمْ أَنْهاراً «و شما را به مال بسیار و فرزندان متعدد مدد فرماید و باغهای خرم و نهرهای جاری به شما عطا کند.» «۱»

ذَرْنِی وَ مَنْ خَلَقْتُ وَحِیداً وَ جَعَلْتُ لَهُ مالًا مَمْدُوداً وَ بَنِینَ شُهُوداً «ای رسول به من واگذار انتقام آن کس را که من او را به تنهایی آفریدم (مراد ولیدبن مغیره دشمن بزرگ پیامبر است). و به او مال و ثروت فراوان دادم. و پسران بسیار حاضر به خدمت نصیبش گردانیدم.» «۲»

قرآن در جریان بازگو کردن داستان حضرت نوح علیه السّلام به حب پدری و محبتی که نوح علیه السّلام نسبت به پسرش در دل پنهان داشت، اشاره می‌کند. این محبت هنگامی که نوح علیه السّلام با مهربانی و محبت و دلسوزی او را صدا زد و از او خواست که برای رهایی از غرق شدن سوار کشتی شود، ظاهر شد.

... وَ نادی نُوحٌ ابْنَهُ وَ کانَ فِی مَعْزِلٍ یا بُنَیَّ ارْکَبْ مَعَنا وَ لا تَکُنْ مَعَ الْکافِرِینَ «... و نوح فرزندش را در حالی که در گوشه‌ای بود ندا کرد که ای پسر تو هم با ما سوار کشتی شو و با کافران همراه مباش.» «۳»

این محبت همچنین آن‌جا که نوح علیه السّلام از خدا می‌خواهد پسرش را نجات دهد، بروز می‌کند.

---

(۱)- نوح: ۱۲.

(۲)- مدثر: ۱۱- ۱۳.

(۳)- هود: ۴۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۲۴

وَ نادی نُوحٌ رَبَّهُ فَقالَ رَبِّ إِنَّ ابْنِی مِنْ أَهْلِی وَ إِنَّ وَعْدَکَ الْحَقُّ وَ أَنْتَ أَحْکَمُ الْحاکِمِینَ «و نوح به درگاه خدا عرض کرد بار پروردگارا فرزند من اهل بیت من است و وعده عذاب تو هم حتمی و تو تواناترین حکمفرمایانی (پس به لطف خود فرزندم را نجات بخش).» «۱»

همچنین محبت پدری در حبّ حضرت یعقوب نسبت به یوسف و برادر کوچکتریش بروز می‌کند و همین محبت باعث می‌شود که

برادران یوسف بر او رشک ببرند و کینه‌اش را به دل بگیرند.

إِذْ قالُوا لَيُوسُفُ وَ أَخُوهُ أَحَبُّ إِلى أَبِينا مِنَّا وَ نَحْنُ عُصْبَةٌ إِنَّ أَبانا لَفِي ضَلالٍ مُبِينٍ «هنگامی که برادران یوسف گفتند: یوسف و برادرش در نزد پدر از ما محبوبترند در حالی که ما قوی و نیرومند هستیم، همانا پدر ما در گمراهی آشکاری است.» «۲»

محبت پدرانه یعقوب و ترس و نگرانی او درباره یوسف، هنگامی آشکار می‌شود که پدر، هنگام رفتن یوسف همراه برادرانش، از خود مخالفت نشان می‌دهد.

قالَ إِنِّي لَيَحْزُنُنِي أَنْ تَذْهَبُوا بِهِ وَ أَخافُ أَنْ يَأْكُلَهُ الذِّئْبُ وَ أَنْتُمْ عَنْهُ غافِلُونَ «یعقوب گفت من از آن ترسان و پریشان خاطرم که از او غفلت کنید و گرگ او را بخورد.» «۳»

---

(۱)- هود: ۴۵.

(۲)- یوسف: ۸.

(۳)- یوسف: ۱۳.

همچنین محبت پدری در گریه غم آلود و اسفبار یعقوب بر فراق فرزندش یوسف، که تا از دست دادن بینایی ادامه داشت، متبلور است.

وَ تَوَلَّى عَنْهُمْ وَ قالَ يا أَسَفى عَلى يُوسُفَ وَ ابْيَضَّتْ عَيْناهُ مِنَ الْحُزْنِ فَهُوَ كَظِيمٌ «آن‌گاه یعقوب (از شدت حزن) روی از آنها بگردانید و گفت: وا اسفا بر فراق یوسف عزیزم و از گریه غم چشمانش (در انتظار یوسف) سفید شد و سوز هجران و داغ دل بنهفت.» «۱»

محبّت پدری، معمولا- در شکل اهتمام پدر نسبت به فرزندان و سرپرستی و نصیحت و راهنمایی آنها به کارهایی که خیر و مصلحتشان در آن است، بروز می‌کند. قرآن از زبان لقمان و نصایح پدرانه‌اش به پسر، نمونه‌ای از یک پدر حکیم که فرزندانش را نصیحت و راهنمایی می‌کند، ارائه می‌دهد. «۲»

۵- محبت خدا

اوج محبت و والاترین نوع آن از حیث صفا و معنویت در انسان، عشق به خدای متعال و اشتیاق شدید او به قرب الهی است. این محبّت، نه تنها در نماز و دعا و ذکر خدا، بلکه در هر کاری که انسان انجام می‌دهد و هر رفتاری که از او سر می‌زند، تجلی می‌یابد. زیرا در این حالت انسان در کلیه اعمال و رفتارهایش به خدا توجه دارد و امیدوار است که خدا اعمالش را بپذیرد و از او راضی باشد.

قُلْ إِنْ كُنْتُمْ تُحِبُّونَ اللَّهَ فَاتَّبِعُونِي يُحْبِبْكُمُ اللَّهُ وَ يَغْفِرْ لَكُمْ ذُنُوبَكُمْ وَ اللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ «بگو ای پیامبر اگر خدا را دوست می‌دارید از من پیروی کنید تا خدا شما را

---

(۱)- یوسف: ۸۴.

(۲)- ر. ک به: سوره لقمان: آیات: ۱۳- ۱۹.

دوست بدارد و گناه شما را ببخشد که خداوند آمرزنده و مهربان است.» «۱»

يا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا مَنْ يَرْتَدَّ مِنْكُمْ عَنْ دِينِهِ فَسَوْفَ يَأْتِي اللَّهُ بِقَوْمٍ يُحِبُّهُمْ وَ يُحِبُّونَهُ أَذِلَّةٍ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ أَعِزَّةٍ عَلَى الْكافِرِينَ يُجاهِدُونَ فِي

سَبِیلِ اللَّهِ وَ لاـ یَخافُونَ لَوْمَهَٔ لائِمٍ ذلِکَ فَضْلُ اللَّهِ یُؤْتِیهِ مَنْ یَشاءُ وَ اللَّهُ واسِعٌ عَلِیمٌ «ای گروهی که ایمان آورده‌اید هر که از شما از دین خود مرتد شود بزودی خدا قومی را که دوست دارد و آنها نیز خدا را دوست دارند و نسبت به مؤمنان فروتن و به کافران سرفراز و مقتدرند، در راه خدا جهاد می‌کنند و در راه دین از نکوهش و ملامت احدی باک ندارند، این است فضل خدا، هر که را بخواهد عطا کند و خدا را رحمت وسیع و نامنتهاست و به احوال هر که استحقاق آنها را دارد، داناست.» «۲»

عشق به خدا در زندگی مؤمن از هر محبّتی، از حبّ ذات گرفته تا محبّت فرزند و زن و پدر و مادر و خانواده و مال بالاتر و والاتر است.

قُلْ إِنْ کانَ آباؤُکُمْ وَ أَبْناؤُکُمْ وَ إِخْوانُکُمْ وَ أَزْواجُکُمْ وَ عَشِیرَتُکُمْ وَ أَمْوالٌ اقْتَرَفْتُمُوها وَ تِجارَهٌٔ تَخْشَوْنَ کَسادَها وَ مَساکِنُ تَرْضَوْنَها أَحَبَّ إِلَیْکُمْ مِنَ اللَّهِ وَ رَسُولِهِ وَ جِهادٍ فِی سَبِیلِهِ فَتَرَبَّصُوا حَتَّی یَأْتِیَ اللَّهُ بِأَمْرِهِ وَ اللَّهُ لا یَهْدِی الْقَوْمَ الْفاسِقِینَ « (ای رسول ما) بگو امت را که ای مردم اگر شما، پدران و پسران و برادران و زنان و خویشاوندان خود را و اموالی که جمع آورده‌اید و مال التّجاره‌ای که از کسادی آن بیمناکید و منازلی که به آن دلخوش داشته‌اید، بیش از خدا و رسول و جهاد

---

(۱)- آل عمران: ۳۱.

(۲)- مائده: ۵۴.

در راه او دوست می‌دارید، پس منتظر باشید تا امر نافذ (و قضای حتمی) خدا جاری شود و خدا فاسقان و بدکاران را هدایت نخواهد کرد.» «۱»

وَ مِنَ النَّاسِ مَنْ یَتَّخِذُ مِنْ دُونِ اللَّهِ أَنْداداً یُحِبُّونَهُمْ کَحُبِّ اللَّهِ وَ الَّذِینَ آمَنُوا أَشَدُّ حُبًّا لِلَّهِ ...

«برخی از مردم (نادان) غیر خدا را همانند خدا گیرند و چنان که خدا را بایست دوست داشت به آن بتان دوستی ورزند، اما آنها که اهل ایمانند محبت و دوستی را فقط به خدا مخصوص دارند ...» «۲»

وقتی انسان در محبت نسبت به خدا اخلاص داشته باشد خود این محبت در زندگی وی نیرویی پیش برنده و راهنما خواهد شد و تمام محبّتهای دیگر در برابر این عشق الهی سر تسلیم فرود خواهند آورد. به این ترتیب وجود انسان سرشار از عشق به مردم و حتی حیوانات و کلیه مخلوقات خداوند و سراسر هستی خواهد شد، چون در موجودات اطرافش آثار قدرت خدا را که با شوق معنوی و اشراق قلبی با او پیوند دارد، مشاهده می‌کند. «۳»

۶- محبت پیامبر صلّی اللّه علیه و آله

پس از عشق به خدای متعال از نظر والایی و پاکیزگی و معنویت، محبت پیامبر اکرم صلّی اللّه علیه و آله قرار دارد که خدا او را به عنوان رحمتی برای جهانیان مبعوث کرد تا آنها را هدایت و تزکیه کند و کتاب و حکمت، تعلیمشان دهد، همان پیامبری که خدایش برگزید تا خاتم پیامبران و فرستاده او به سوی همه مردم باشد و قرآن کریم این کتاب ابدی را که

---

(۱)- توبه: ۲۴.

(۲)- بقره: ۱۶۵.

(۳)- روان شناسان جدید در تحقیقاتشان در خصوص محبت تنها به ذکر حبّ ذات و عشق جنسی و محبت خانوادگی بسنده می‌کنند و متعرض عشق خدایی انسان و محبتش به پیامبران و همچنین عشق به نمونه‌های عالی اخلاقی در انسان مانند عدالت،

راستگویی و غیره نمی‌شوند، در حالی که این‌گونه محبتها از والاترین انواع محبتهای انسانی هستند و تنها به واسطه همینها، انسان از حیوان متمایز می‌شود.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۲۸

توسط کتابهای آسمانی پیشین تصدیق شده، و از همه آنها بالاتر است، بر او نازل فرمود.

پیامبر اکرم صلّی اللّه علیه و آله از نظر اخلاق و رفتار و داشتن صفات و خصلتهای پسندیده، نمونه‌ای از یک انسان کامل بود. در این خصوص چه دلیلی بالاتر از خود قرآن که او را به داشتن اخلاقی عظیم توصیف کرده است.

وَ إِنَّکَ لَعَلی خُلُقٍ عَظِیمٍ «و در حقیقت تو بر نیکو خلقی عظیم (و آیین و شرعی بزرگ) آراسته‌ای.» «۱»

و فرد مؤمنی که براستی به خدا ایمان دارد، به پیامبر صلّی اللّه علیه و آله که سختیهای دعوت اسلامی را متحمل شد و قهرمانانه برای گسترش اسلام در چهار گوشه جهان، جهاد کرد و بشریت را از تاریکی گمراهی به نور هدایت راهنمایی نمود، نیز شدیدا عشق می‌ورزد.

قرآن ما را به دوست داشتن پیامبر صلّی اللّه علیه و آله، سفارش می‌کند. در آیه بیست و چهارم از سوره توبه که ما قبلا آن را در جریان بحث از «حبّ اللّه» ذکر کردیم، محبت پیامبر صلّی اللّه علیه و آله را همراه محبت خدا آورده است.

مؤمن واقعی پیامبر صلّی اللّه علیه و آله را نمونه عالی عمل قرار می‌دهد و در اخلاق و رفتار از او پیروی می‌کند و پا جای پای او می‌گذارد و در زندگی خود از سیره و روش پاک و مطهر او هدایت می‌جوید.

لَقَدْ کانَ لَکُمْ فِی رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِمَنْ کانَ یَرْجُوا اللَّهَ وَ الْیَوْمَ الْآخِرَ وَ ذَکَرَ اللَّهَ کَثِیراً «البته شما را در اقتدای به رسول خدا چه در صبر و مقاومت با دشمن و چه دیگر اوصاف و افعال نیکو، خیر و سعادت بسیار است برای آن کس که به ثواب خدا و

---

(۱)- قلم: ۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۲۹

روز قیامت امیدوار باشد و یاد خدا بسیار کند.» «۱»

د- شادی

انسان هرگاه به خواسته خود برسد و به چیزهای مورد علاقه خویش مانند، مال، قدرت و نفوذ، موفقیت، علم و یا ایمان و تقوا، نایل آید، در خود حالتی از شادی و سرور احساس می‌کند. بنابراین، شادی امری نسبی و مبتنی بر اهداف انسان در زندگی است.

مثلا اگر هدف کسی در زندگی جمع آوری مال و دستیابی به قدرت و نفوذ و مقامات دنیوی دیگر باشد، موفقیتش در تحقق این اهداف، سبب شادی و سرور او خواهد شد.

اما کسی که هدف زندگی‌اش تمسک و پایبندی به ایمان و پرهیزکاری و عمل صالح برای دستیابی به خوشبختی اخروی باشد، همین مسائل مایه و منشأ آرامش و احساس امنیّت و شادی وی خواهد شد. قرآن هر دو نوع این شادی را ذکر کرده است. مثلا شادی کفّار به هنگام دستیابی به متاع زندگی دنیا را چنین توصیف می‌کند:

... وَ فَرِحُوا بِالْحَیاةِ الدُّنْیا وَ مَا الْحَیاةُ الدُّنْیا فِی الْآخِرَةِ إِلَّا مَتاعٌ «... و (این مردم کافر) به زندگانی و متاع دنیا دلشادند در صورتی که دنیا در قبال آخرت متاع ناقابلی بیش نیست.» «۲»

همچنین شادی مؤمنان را آن گاه که آیات قرآن بر آنها خوانده می‌شود، ذکر کرده است، قرآنی که آنها را به حق راهنمایی می‌کند و در آن شفای درد آنان و هدایت و رحمت است.

(۱)- احزاب: ۲۱.

(۲)- رعد: ۲۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۳۰

يا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَ شِفاءٌ لِما فِي الصُّدُورِ وَ هُدىً وَ رَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنِينَ قُلْ بِفَضْلِ اللَّهِ وَ بِرَحْمَتِهِ فَبِذلِكَ فَلْيَفْرَحُوا هُوَ خَيْرٌ مِمَّا يَجْمَعُونَ «ای مردم عـالم نامه‌ای که همه پنـد و انـدرز و شـفای دلهای شـما و هـدایت و رحمت بر مؤمنان است از جانب خدا برای نجات شـما آمد. ای رسول به خلق بگو که شما باید منحصرا به فضل و رحمت خدا شادمان شوید که آن بهتر و مفیدتر از ثروتی است که برای خود اندوخته می‌کنید.» «۱»

در صورتی که منشأ شادی و خوشـحالی کسی متاع دنیا باشد، که اکثر مردم نیز چنین هستند، این شخص در حقیقت از یک زندگی آرام و بـا ثباتی بهره‌منـد نیست. زیرا، وقتی خداونـد به او نعمت تنـدرستی و وسـعت روزی و مال بسـیار عطا کنـد، احساس شادی و خوشـبختی می‌کنـد و این نعمتها و متاعهای دنیا او را از یاد و شـکر خـدا باز می‌دارد، و هر گاه ضـرر یا بلایی به او برسد و برخی از نعمتهـایی را که از آن بهره‌منـد بـوده از دست بدهـد، یـأس و ناامیـدی بر او چیره می‌شـود و نعمتهـای دیگری را نیز که هنـوز از آن بهره‌منـد است انکار می‌کند. به این ترتیب، چنین انسانی همواره در اضـطراب و نوسان، میان احساس خوشـبختی و احساس ناامیدی، به سر می‌برد.

وَ لَئِنْ أَذَقْنَا الْإِنْسانَ مِنَّا رَحْمَةً ثُمَّ نَزَعْناها مِنْهُ إِنَّهُ لَيَؤُسٌ كَفُورٌ وَ لَئِنْ أَذَقْناهُ نَعْماءَ بَعْدَ ضَرَّاءَ مَسَّتْهُ لَيَقُولَنَّ ذَهَبَ السَّيِّئاتُ عَنِّي إِنَّهُ لَفَرِحٌ فَخُورٌ «و اگر مـا بشـر را (در دنیـا) از نعمت و رحمـتی برخـوردار کردیم (تـا شـکر کنـد) سپس (چون کفران کرد) آن نعمت از او بازگرفتیم، سخت به خوی نومیدی و کفران

(۱)- یونس: ۵۷، ۵۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۳۱

درافتـد. و اگر آدمی را به نعمتی پس از محنتی رسـانیم مغرور و غافـل شود که دیگر روزگـار زحمت و رنـج من سـر آمـده است و سرگرم شادمانی و مفاخرت شود.» «۱»

اما اگر منشأ شادی و خوشـحالی کسی، ایمان به خدا و تقوا و عمل صالح و پیروی از روش الهی در زندگی باشد، چنین شخصی در واقع احساس خوشبختی حقیقی و همیشگی می‌کند و این کلام خدای متعال در موردش، صادق است:

مَنْ عَمِلَ صالِحاً مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثى وَ هُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهُ حَياةً طَيِّبَةً وَ لَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ ما كانُوا يَعْمَلُونَ «هرکس از مرد و زن کار نیکی به شـرط ایمان به خطا به جای آرد ما او را در زندگانی خوش و با سـعادت زنده (ابد) می‌گردانیم و اجری بسیار بهتر از عمل نیکی که کرده است به او عطا می‌کنیم.» «۲»

قرآن همچنین خوشـحالی مؤمن را در روز قیـامت، آن‌گـاه که خـدای متعـال او را از شـرّ آن روز نجـات می‌دهـد و از روی لطف و مرحمت، داخل بهشت نعیم می‌کند، چنین توصیف می‌فرماید:

فَوَقاهُمُ اللَّهُ شَرَّ ذلِكَ الْيَوْمِ وَ لَقَّاهُمْ نَضْرَةً وَ سُرُوراً «خدا هم از شرّ و فتنه آن روز آنان را محفوظ داشت و به آنها روی خندان و دل شادمان عطا کرد.» «۳»

(۱)- هود: ۹، ۱۰.

(۲)- نحل: ۹۷.

(۳)- انسان: ۱۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۳۲

ه: نفرت

نفرت که نوعی حالت انفعالی ضد محبت می‌باشد، عبارت است از: احساس عدم تمایل و پذیرش، یا احساس تنفّر و اشمئزاز و تمایل به دوری از عواملی که این احساس را برمی‌انگیزاند اعم از آن که این عوامل اشخاص یا اشیاء یا اعمال و رفتار، باشند.

گرچه محبت، پایه زندگی زناشویی است اما، گاهی میان زن و شوهر سوء تفاهم و اختلاف و نزاعی رخ می‌دهد که احیانا منجر به پیدایش حالت نفرت از یکدیگر می‌شود.

قرآن به مسایل ناخوشایندی که گاهی برای همسران پیش می‌آید اشاره می‌کند و از ما می‌خواهد برای غلبه بر این گونه مسایل تلاش کنیم و بدین وسیله امکان استمرار زندگی زناشویی را فراهم آوریم.

... وَ عاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ فَإِنْ کَرِهْتُمُوهُنَّ فَعَسی أَنْ تَکْرَهُوا شَیْئاً وَ یَجْعَلَ اللَّهُ فِیهِ خَیْراً کَثِیراً «... و در زندگی با آنها (زنان) با انصاف و خوشرفتار باشید و چنان که دلپسند شما نباشند (اظهار کراهت مکنید که) بسا چیزها ناپسند شماست در حالی که خدا در آن خیر بسیار برای شما مقرّر فرموده است.» «۱»

انسان گاهی از شخص یا اشخاص به علّت اختلاف فکری متنفر می‌شود. این تنفر یا به سبب تحریک حس حسادت و رشکی که ناشی از برتری دیگران نسبت به اوست، پدید می‌آید، و یا این که آنها موجبات محرومیت او را فراهم کرده‌اند و یا عوامل دیگری که نوعی نفرت را در او برمی‌انگیزند ... مثلا کفار و منافقان از مؤمنان بدشان می‌آمد و کینه آنها را در دل داشتند.

---

(۱)- نساء: ۱۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۳۳

یا أَیُّهَا الَّذِینَ آمَنُوا لا تَتَّخِذُوا بِطانَةً مِنْ دُونِکُمْ لا یَأْلُونَکُمْ خَبالًا وَدُّوا ما عَنِتُّمْ قَدْ بَدَتِ الْبَغْضاءُ مِنْ أَفْواهِهِمْ وَ ما تُخْفِی صُدُورُهُمْ أَکْبَرُ قَدْ بَیَّنَّا لَکُمُ الْآیاتِ إِنْ کُنْتُمْ تَعْقِلُونَ ها أَنْتُمْ أُولاءِ تُحِبُّونَهُمْ وَ لا یُحِبُّونَکُمْ وَ تُؤْمِنُونَ بِالْکِتابِ کُلِّهِ وَ إِذا لَقُوکُمْ قالُوا آمَنَّا وَ إِذا خَلَوْا عَضُّوا عَلَیْکُمُ الْأَنامِلَ مِنَ الْغَیْظِ قُلْ مُوتُوا بِغَیْظِکُمْ إِنَّ اللَّهَ عَلِیمٌ بِذاتِ الصُّدُورِ إِنْ تَمْسَسْکُمْ حَسَنَةٌ تَسُؤْهُمْ وَ إِنْ تُصِبْکُمْ سَیِّئَةٌ یَفْرَحُوا بِها وَ إِنْ تَصْبِرُوا وَ تَتَّقُوا لا یَضُرُّکُمْ کَیْدُهُمْ شَیْئاً إِنَّ اللَّهَ بِما یَعْمَلُونَ مُحِیطٌ «ای اهل ایمان از غیر همدینان خود دوست صمیمی همراز نگیرید چه، آنها که به غیر دین اسلامند از خلل و فساد در کار شما ذره‌ای کوتاهی نکنند، آنها همیشه مایلند که شما در رنج و سختی باشید، دشمنی شما را بر زبان هم آشکار سازند در صورتی که محققا آن چه در دل پنهان می‌دارند بیش از آن است که بر زبانشان آشکار می‌شود، ما آیات خود را برای شما به خوبی بیان کردیم اگر عقل و اندیشه به کار بندید. آگاه باشید چنان که شما آنها را (یعنی کافران را) دوست می‌دارید آنان شما را دوست نخواهند داشت شما چون به همه کتب آسمانی ایمان دارید با آنها محبت می‌کنید اما آنها در مجامع شما اظهار ایمان کنند و چون تنها شوند از شدت کینه سرانگشت خشم به دندان گیرند، بگو بدین خشم بمیرید، که خدا از درون دلها کاملا آگاه است. اگر شما مسلمانان را خوشحالی پیش آید، از آن بدحال و غمگین شوند و اگر به شما حادثه ناگواری رسد بدان خوشحال شوند اما اگر شما صبر پیشه کنید و پرهیزکار باشید از مکر و عداوت آنان به شما هیچ آسیبی نخواهد رسید که همانا خداوند بر آن چه می‌کنند آگاه و محیط است.» «۱»

همان طور که قبلا- در مبحث حب ذات اشاره کردیم، انسان خود را دوست می‌دارد و خیر و خوبی را برای خود می‌خواهد. مثلا از

مرگ و یا چیزهایی که او را بیازارد و رنج

---

(۱)- آل عمران: ۱۱۸- ۱۲۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۳۴

دهـد، متنفر است و به همین دلیـل از جنـگ بـدش می‌آیـد زیرا، احتمال مرگ یا وارد آمـدن آسـیب و آزار بر او وجود دارد. قرآن نفرت انسان از جنگ را چنین توصیف می‌فرماید:

کُتِبَ عَلَیْکُمُ الْقِتالُ وَ هُوَ کُرْهٌ لَکُمْ ...

«حکم جهاد برای شما مقرر گردید و حال آن که بر شما ناگوار و مکروه است ...» «۱»

اقـدام انسان به فـداکاری و جانفشانی در راه عقیـده‌اش، دلیل بر این است که نیروی عقیده در او واقعا به آن درجه از والایی رسـیده که حتی از جانش ارزشـمندتر و از حب ذات نیز نیرومندتر است. به همین دلیل بود که مؤمنان برای شـهادت در راه خدا از همدیگر پیشی می‌گرفتند اما منافقانی که ایمان در دلهاشان مستقر نشده بود از این که مالشان را انفاق کنند و یا جانشان را در جهاد فی سبیل اللّه فدا سازند، نفرت داشتند و ترجیح می‌دادند که برای جهاد همراه پیامبر از مدینه خارج نشوند، چنان که دیگران را نیز از این کار باز می‌داشتند و آنها را به بهانه گرمای شدید تشویق می‌کردند از مدینه خارج نشوند.

فَرِحَ الْمُخَلَّفُونَ بِمَقْعَدِهِمْ خِلافَ رَسُولِ اللَّهِ وَ کَرِهُوا أَنْ یُجاهِدُوا بِأَمْوالِهِمْ وَ أَنْفُسِهِمْ فِی سَبِیلِ اللَّهِ وَ قالُوا لا تَنْفِرُوا فِی الْحَرِّ قُلْ نارُ جَهَنَّمَ أَشَدُّ حَرًّا لَوْ کانُوا یَفْقَهُونَ «آنهـایی که خوشـحالند از حکم جهاد در رکاب رسول خـدا تخلف ورزیدنـد و مجاهـده به مال و جانشان در راه خدا بر آنان سخت ناگوار بود و مؤمنان را هم از جهاد منع کرده و به آنها می‌گفتند شما در این هوای سوزان از وطن خود بیرون نروید، آنان را بگو آتش دوزخ بسیار سوزانتر از این هواست اگر می‌فهمیدند.» «۲»

---

(۱)- بقره: ۲۱۶.

(۲)- توبه: ۸۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۳۵

... وَ لا یُنْفِقُونَ إِلَّا وَ هُمْ کارِهُونَ «... و انفاق نمی‌کنند جز آن که سخت کراهت دارند.» «۱»

ایمـان، در نفس مؤمن تـأثیر می‌گـذارد و او را وا می‌دارد که از برادران مؤمن خود نفرت نداشـته باشـد. قرآن از مؤمنانی که پس از انصار و مهاجران آمدند (یعنی تابعین) به خاطر این که از خدا می‌خواسـتند تا گناه مؤمنان پیش از آنها را بیامرزد و در دلشان کینه و نفرتی از آنها قرار ندهد، ستایش و تمجید کرده است.

وَ الَّذِینَ جاؤُ مِنْ بَعْدِهِمْ یَقُولُونَ رَبَّنَا اغْفِرْ لَنا وَ لِإِخْوانِنَا الَّذِینَ سَبَقُونا بِالْإِیمانِ وَ لا تَجْعَلْ فِی قُلُوبِنا غِلًّا لِلَّذِینَ آمَنُوا رَبَّنا إِنَّکَ رَؤُفٌ رَحِیمٌ «و آنان که پس از مهاجران و انصار آمدند، و هم در دعا به درگاه خدا عرض می‌کنند؛ پروردگارا بر ما و برادران دینی ما که در ایمـان پیش از مـا شـتافتند ببخش و در دل مـا هیـچ کینه و حسـد مؤمنان قرار مـده، پروردگارا تویی که (در حق بنـدگان) بسیار رؤوف و مهربانی.» «۲»

و- غیرت

غیرت، انفعالی است همراه با بغض و کینه و تیرگی دل که انسان معمولا زمانی احساسـش می‌کند که احساس کند فرد محبوب وی، توجه یـا محبتش را معطوف شـخص دیگری کرده است. یکی از انواع رایـج غیرت و رشـک بردن، همـان است که در میان برادران

رخ می‌دهـد زمانی که یکی از آنها احساس کند پدر و مادر یا یکی از آن دو، یکی از برادران را بیش از او دوست دارند. قرآن این حالت انفعالی میان برادران را هنگام نقل

---

(۱)- توبه: ۵۴.

(۲)- حشر: ۱۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۳۶

مـاجرای برادران یوسف علیه السّـلام توصـیف کرده است، چه آنهـا به دلیل محبت حضـرت یعقوب علیه السّـلام نسبت به یوسف و برادرش کوچکترش و ترجیح آن دو بر آنها، نسبت به یوسف غیرت و رشک ورزیدند.

إِذْ قالُوا لَیُوسُفُ وَ أَخُوهُ أَحَبُّ إِلی أَبِینا مِنَّا وَ نَحْنُ عُصْبَهٌٔ إِنَّ أَبانا لَفِی ضَلالٍ مُبِینٍ اقْتُلُوا یُوسُفَ أَوِ اطْرَحُوهُ أَرْضاً یَخْلُ لَکُمْ وَجْهُ أَبِیکُمْ وَ تَکُونُوا مِنْ بَعْدِهِ قَوْماً صالِحِینَ «هنگامی که (برادران) گفتنـد یوسف و برادرش (بنیامین) نزد پـدر از ما محبوبترنـد در حالی که ما نیرومندتریم، مسلما پدر ما در گمراهی آشکار است. یوسف را بکشید یا او را به سرزمین دوردستی بیفکنید تا توجه پدر فقط با شما باشد و بعد از آن (از گناه خود توبه می‌کنید و) افراد صالحی خواهید بود.» «۱»

البته انفعال غیرت و رشک‌ورزی، انفعالی مرکب است که عناصـری از چنـد انفعال دیگر بویژه انفعال نفرت در آن یافت می‌شود. از این رو این حالت غالبا همراه با نفرت و کینه و تمایل نسبت به ایذای فردی است که آن را برمی‌انگیزد. قرآن همچنین در جریان نقل داستان یوسف علیه السّلام، تمایل برادران یوسف را به کشتن وی و در نتیجه رها شدن از او را توصیف کرده است و نیز اقدام عملی آنان را در افکندن یوسف به قعر چاه متذکر شده است.

ز- حسد

حسد نوعی حالت انفعالی است که انسان در آن حالت احساس می‌کند سـخت مایل است در جای شـخص دیگری که دارای نعمتی است قرار گیرد و آرزو می‌کند که آن نعمت از او؟ زوال یابد تا خود صاحب آن شود. مثلا گاهی انسان به کسی که صاحب

---

(۱)- یوسف: ۹، ۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۳۷

ثروتی فراوان است حسـد می‌ورزد و آرزو می‌کنـد چنین ثروتی از آن او باشـد. قرآن در نقـل مـاجرای قـارون، این نوع حسـادت را توصـیف کرده است؛ آنگاه که قارون با زینت و تجمل بسـیار در میان قومش ظاهر شـد و عـده‌ای از مردم به او حسادت ورزیدنـد و آرزو کردند ای کاش آنها نیز مانند قارون دارای اموال فراوان و طلا می‌بودند. می‌فرماید:

فَخَرَجَ عَلی قَوْمِهِ فِی زِینَتِهِ قـالَ الَّذِینَ یُرِیـدُونَ الْحَیـاهَٔ الـدُّنْیا یا لَیْتَ لَنا مِثْلَ ما أُوتِیَ قارُونُ إِنَّهُ لَـذُو حَظٍّ عَظِیمٍ «آنگاه قارون (روزی) با زیور و تجمّل بسـیار بر قومش درآمـد، مردم دنیا طلب (که او را دیدنـد) گفتند ای کاش همان قدر که به قارون از مال دنیا دادند به ما هم عطا می‌شد که وی بهره‌ای بزرگ و حظ وافری را داراست.» «۱»

این نوع حسادت در میان بسـیاری از مردم رواج دارد و خیلی از آنها دوست دارنـد که به مال و فرزند و سـلامت جسـمی و موفقیت اشـخاص در زنـدگی، که خداونـد به آنها عطا فرموده است، حسـد بورزنـد. قرآن حسادت یهود و مشـرکان را نسبت به پیامبر اکرم صلّی اللّه علیه و آله در فضـیلت نبوت، که خداوند آن را ویژه پیامبر صـلّی اللّه علیه و آله قرار داده و همچنین حسادتشان را نسبت به مؤمنانی که دارای فضیلت ایمان و هدایت هستند که آن نیز از سوی پروردگار به آنها اختصاص یافته، توصیف کرده است.

ما يَوَدُّ الَّذِينَ كَفَرُوا مِنْ أَهْلِ الْكِتابِ وَ لَا الْمُشْرِكِينَ أَنْ يُنَزَّلَ عَلَيْكُمْ مِنْ خَيْرٍ مِنْ رَبِّكُمْ وَ اللَّهُ يَخْتَصُّ بِرَحْمَتِهِ مَنْ يَشاءُ وَ اللَّهُ ذُو الْفَضْلِ الْعَظِيمِ «هرگز کافران اهل کتاب و مشرکان مایل نیستند که بر شما (مسلمانان) چیزی از جانب خدا نازل شود (لیکن خدا به فضل و رحمت خویش هر که را بخواهد

---

(۱)- قصص: ۷۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۳۸

مخصوص گرداند) و خدا صاحب فضل عظیم است.» «۱»

أَمْ يَحْسُدُونَ النَّاسَ عَلى ما آتاهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ فَقَدْ آتَيْنا آلَ إِبْراهِيمَ الْكِتابَ وَ الْحِكْمَةَ وَ آتَيْناهُمْ مُلْكاً عَظِيماً «آیا حسد می‌ورزند (یهود) با مردم (یعنی با مسلمانان) چون آنها را خدا به فضل خود برخوردار فرمود که البته ما بر آل ابراهیم علیه السّلام (حضرت محمد صلّی اللّه علیه و آله) کتاب و حکمت فرستادیم و به آنها ملک و سلطنتی بزرگ عطا کردیم.» «۲»

وَدَّ كَثِيرٌ مِنْ أَهْلِ الْكِتابِ لَوْ يَرُدُّونَكُمْ مِنْ بَعْدِ إِيمانِكُمْ كُفَّاراً حَسَداً مِنْ عِنْدِ أَنْفُسِهِمْ مِنْ بَعْدِ ما تَبَيَّنَ لَهُمُ الْحَقُّ فَاعْفُوا وَ اصْفَحُوا حَتَّى يَأْتِيَ اللَّهُ بِأَمْرِهِ إِنَّ اللَّهَ عَلى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ «بسیاری از اهل کتاب آرزو و میل آن دارند که شما را از ایمانتان به کفر برگردانند به سبب حسدی که بر ایمان شما برند بعد از آن که حق بر آنها آشکار شد پس اگر از آنها به شما مسلمانان ستمی رسید درگذرید و مدارا کنید تا هنگامی که فرمان خدا (به جنگ یا صلح) برسد که البته خدا بر هر چیز قادر و تواناست.» «۳»

گاه در میان برادران نیز موضوع حسادت پیش می‌آید، مثلا یک برادر نسبت به مواهب گوناگونی که خدا به برادرش عطا کرده است حسادت می‌ورزد. به همین دلیل یعقوب علیه السّلام به یوسف علیه السّلام هشدار داد که ماجرای خواب خود را برای برادرانش بازگو نکند، زیرا از حسادت آنها نسبت به یوسف بیمناک بود که مبادا او را مورد اذیّت و آزار قرار دهند.

---

(۱)- بقره: ۱۰۵.

(۲)- نساء: ۵۴.

(۳)- بقره: ۱۰۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۳۹

قالَ يا بُنَيَّ لا تَقْصُصْ رُؤْياكَ عَلى إِخْوَتِكَ فَيَكِيدُوا لَكَ كَيْداً إِنَّ الشَّيْطانَ لِلْإِنْسانِ عَدُوٌّ مُبِينٌ «یعقوب گفت که فرزند عزیز زنهار خواب خود را بر برادران حکایت مکن که (به اغوای شیطان) به تو مکر و حسد خواهند برد زیرا دشمنی شیطان بر آدمیان بسیار آشکار است.» «۱»

نخستین حسدی که در روی زمین به وقوع پیوست حسادت قابیل نسبت به برادرش هابیل بود، آن‌گاه خداوند قربانی هابیل را پذیرفت ولی قربانی قابیل را نپذیرفت و این موضوع برای قابیل انگیزه‌ای شد که برادرش را بکشد.

وَ اتْلُ عَلَيْهِمْ نَبَأَ ابْنَيْ آدَمَ بِالْحَقِّ إِذْ قَرَّبا قُرْباناً فَتُقُبِّلَ مِنْ أَحَدِهِما وَ لَمْ يُتَقَبَّلْ مِنَ الْآخَرِ قالَ لَأَقْتُلَنَّكَ قالَ إِنَّما يَتَقَبَّلُ اللَّهُ مِنَ الْمُتَّقِينَ «و بخوان بر آنها به حقیقت و راستی حکایت دو پسر آدم (قابیل و هابیل) را که تقرّب به قربانی جستند از یکی پذیرفته شد و از دیگری پذیرفته نشد (قابیل که قربانیش قبول نشد به برادرش هابیل) گفت من تو را البته خواهم کشت (هابیل) گفت (مرا گناهی نیست) که خدا قربانی پرهیزکاران را خواهد پذیرفت.» «۲»

حسادت مانند غیرت در انسان کینه و نفرت برمی‌انگیزد و او را وامی‌دارد که آرزو کند شخص محسود دچار آزار و اذیّت شود و گاهی نیز انسان را به تجاوز و آزار وی وامی‌دارد، همان‌طور که قابیل برادرش هابیل را کشت و یا برادران یوسف علیه السّلام او را

به درون چاه افکندند. «۳» از آن جا که حالت حسادت، منجر به تنفر از شخص محسود و

(۱)- یوسف: ۵.

(۲)- مائده: ۲۷.

(۳)- همچنین کینه شیطان به آدم علیه السّلام، در نتیجه حسادت او به آن حضرت بود که باعث اخراج او از بهشت شد.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۴۰

آزردن او و نیز تجاوز به وی می‌شود، خداوند از ما می‌خواهد که از شرّ افراد حسود به او پناه ببریم.

وَ مِنْ شَرِّ حاسِدٍ إِذا حَسَدَ «و از شرّ حسود بدخواه چون آتش رشک و حسد برافروزد (به خدا پناه می‌برم). «۱»

ح- اندوه

اندوه حالت انفعالی ضد شادی و سرور است و وقتی پیش می‌آید که انسان شخص عزیز یا چیز گرانبهایی را از دست بدهد، یا حادثه‌ای برایش رخ دهد و یا این که در انجام کاری مهم دچار شکست شود. پدران و مادران معمولا وقتی که فرزندان نزد آنها نباشند یا آزاری به آنها برسد و یا مسأله ناخوشایندی برایشان پیش آید، احساس اندوه می‌کنند.

قرآن به اندوه مادر موسی علیه السّلام پس از آن که او را در صندوقی گذاشت و به رودخانه افکند و موج آب، موسی را از او دور کرد، چنین اشاره می‌فرماید:

فَرَدَدْناهُ إِلی أُمِّهِ کَیْ تَقَرَّ عَیْنُها وَ لا تَحْزَنَ ...

«و (بدین وسیله) ما موسی را به مادرش برگرداندیم تا دیده‌اش به جمال موسی روشن شود و حزن و اندوهش به کلّی برطرف گردد.» «۲»

... فَرَجَعْناکَ إِلی أُمِّکَ کَیْ تَقَرَّ عَیْنُها وَ لا تَحْزَنَ ...

«... و ما (بدین وسیله) تو را به مادرت برگردانیدیم تا به دیدار تو دیده‌اش روشن گردد و اندوهش برطرف شود ...» «۳»

(۱)- فلق: ۵.

(۲)- قصص: ۱۳.

(۳)- طه: ۴۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۴۱

قرآن اندوه یعقوب علیه السّلام را در فقدان فرزندش یوسف علیه السّلام چنین توصیف کرده است.

وَ تَوَلَّی عَنْهُمْ وَ قالَ یا أَسَفی عَلی یُوسُفَ وَ ابْیَضَّتْ عَیْناهُ مِنَ الْحُزْنِ فَهُوَ کَظِیمٌ قالُوا تَاللَّهِ تَفْتَؤُا تَذْکُرُ یُوسُفَ حَتَّی تَکُونَ حَرَضاً أَوْ تَکُونَ مِنَ الْهالِکِینَ قالَ إِنَّما أَشْکُوا بَثِّی وَ حُزْنِی إِلَی اللَّهِ وَ أَعْلَمُ مِنَ اللَّهِ ما لا تَعْلَمُونَ «آن‌گاه یعقوب (از شدت حزن) روی از آنها بگردانید و گفت وا اسفا بر فراق یوسف عزیزم و از گریه غم چشمانش (در انتظار یوسف) سفید شد و سوز هجران و داغ دل بنهفت. فرزندانش به ملامت گفتند به خدا سوگند که تو آن قدر دایم یوسف یوسف کنی تا از غصه فراقش مریض شوی و یا خود را به دست هلاک سپاری. یعقوب (به فرزندان) گفت من غم و درد دل خود با خدا گویم و از لطف بی‌حساب خدا چیزی دانم که شما نمی‌دانید.» «۱»

قرآن همچنین حالت اندوه مؤمنان فقیری را که نزد پیامبر صلّی اللّه علیه و آله آمدند و درخواست کردند همراه آن حضرت برای

جهاد از مـدینه بیرون بروند- اما، پیامبر اکرم صـلّی اللّه علیه و آله به آنها فرمود که چیزی ندارد به آنها بدهد و در نتیجه آنها گریان و اندوهگین از نزد پیامبر بازگشتند- چنین توصیف کرده است:

وَ لاـ عَلَی الَّذِینَ إِذا مـا أَتَوْکَ لِتَحْمِلَهُمْ قُلْتَ لاـ أَجِـدُ مـا أَحْمِلُکُمْ عَلَیْهِ تَـوَلَّوْا وَ أَعْیُنُهُمْ تَفِیضُ مِنَ الـدَّمْعِ حَزَنـاً أَلَّا یَجِـدُوا مـا یُنْفِقُـونَ «همچنین بر آن مؤمنانی که مهیّای جهاد شـده و نزد تو آیند که زاد و لوازم سـفر آنها را مهیّا سازی و تو پاسخ دهی که من مالی که به شما مساعدت کنم ندارم و آنها برمی‌گردند در حالی که از شدّت حزن اشک از چشمانشان جاری است که

---

(۱)- یوسف: ۸۴- ۸۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۴۲

چرا نمی‌توانند مخارج سفر خود را فراهم سازند بر آنها هم حرج و گناهی بر ترک جهاد نیست.» «۱»

قرآن احساس انـدوه ابـو بکر را هنگـامی کـه همراه پیـامبر صـلّی اللّـه علیه و آله در غـار بـود و کفـار قریش برای کشـتن حضـرتش تعقیبشان می‌کردند، نیز ذکر کرده است.

... إِذْ یَقُولُ لِصاحِبِهِ لا تَحْزَنْ إِنَّ اللَّهَ مَعَنا ...

«... آنگاه که یکی از آن دو تن که در غار بودند (یعنی رسول اکرم صـلّی اللّه علیه و آله به رفیق و همسفر خود (ابو بکر که پریشان و مضطرب بود) گفت مترس که خدا با ماست ...» «۲»

پیـامبر اکرم صـلّی اللّه علیه و آله وقتی می‌دیـد، کفار مکه، دعوتش را برای ایمان به خـدا و قرآنی که بر او نازل شـده است، اجابت نمی‌کنند، احساس غم و اندوه می‌کرد.

وَ لا یَحْزُنْکَ الَّذِینَ یُسارِعُونَ فِی الْکُفْرِ إِنَّهُمْ لَنْ یَضُـرُّوا اللَّهَ شَیْئاً یُرِیدُ اللَّهُ أَلَّا یَجْعَلَ لَهُمْ حَظًّا فِی الْآخِرَةِ وَ لَهُمْ عَذابٌ عَظِیمٌ «ای پیغمبر تو انـدوهناک مبـاش که گروهی به راه کفر می‌شـتابند کفر آنهـا به خداونـد هرگز زیـان نرسانـد (بلکه خود را در دو عـالم زیانکار کنند) و خدا می‌خواهد که آنان را هیچ نصیبی در عالم آخرت نباشد و نصیبشان عذاب سخت دوزخ خواهد بود.» «۳»

---

(۱)- توبه: ۹۲.

(۲)- توبه: ۴۰.

(۳)- آل عمران: ۱۷۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۴۳

وَ مَنْ کَفَرَ فَلاـ یَحْزُنْـکَ کُفْرُهُ إِلَیْنا مَرْجِعُهُمْ بِما عَمِلُوا إِنَّ اللَّهَ عَلِیمٌ بِـذاتِ الصُّدُورِ «ای رسول ما تو از کفر هر که کافر می‌شود محزون مباش که رجوعشان به سوی ماست و ما آنان را سـخت از کیفر کردارشان آگه می‌سازیم که همانا خدا از اسرار دلهای خلق هم آگاه است.» «۱»

آن حضرت همچنین وقتی سخنان کافران را درباره خدا و تکذیب خود می‌شنید اندوهگین می‌شد.

فَلا یَحْزُنْکَ قَوْلُهُمْ إِنَّا نَعْلَمُ ما یُسِرُّونَ وَ ما یُعْلِنُونَ «و ای رسول سـخن این مشـرکان تو را محزون نکنـد ما هر آن چه پنهان و آشـکار گویند همه را می‌دانیم (و به کیفر کفرشان می‌رسانیم).» «۲»

قَدْ نَعْلَمُ إِنَّهُ لَیَحْزُنُـکَ الَّذِی یَقُولُونَ فَإِنَّهُمْ لا یُکَـذِّبُونَکَ وَ لکِنَّ الظَّالِمِینَ بِآیاتِ اللَّهِ یَجْحَـدُونَ «ما می‌دانیم که کافران در تکـذیب تو سخنـانی می‌گوینـد که تو را افسـرده و غمگین می‌سـازد (دل شـاد دار) که آن سـتمکاران نه تنها تو را بلکه، همه آیات (و رسولان) خدا را انکار می‌کنند.» «۳»

قرآن در بسیاری از آیات، انـدوه را در کنـار ترس ذکر کرده است و این نشـان می‌دهـد که انـدوه و ترس دو حالت انفعالی تیره‌ای هستند که اگر بر انسان عارض شوند صفای

---

(۱)- لقمان: ۲۳.

(۲)- یس: ۷۶.

(۳)- انعام: ۳۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۴۴

زندگی‌اش را تیره می‌سازند، آیات مزبور همچنین نشان دهنده این موضوع هستند که در ایمان به خدا و پرهیزکاری و عمل صالح، نیرویی وجود دارد که انسان را از ترس و انـدوه مصون می‌دارد و در صورت وجود آنهـا به درمانشان می‌پردازد. آیات زیر نمونه‌ای از این نوع آیات هستند:

قُلْنَا اهْبِطُوا مِنْها جَمِیعاً فَإِمَّا یَأْتِیَنَّکُمْ مِنِّی هُدیً فَمَنْ تَبِعَ هُدایَ فَلا خَوْفٌ عَلَیْهِمْ وَ لا هُمْ یَحْزَنُونَ «گفتیم همه از بهشت فرود آییـد تا آن‌گاه که از جانب من رهنمایی برای شـما آیـد پس هر کس پیروی او کنـد هرگز (در دنیا و آخرت) بیمناک و اندوهگین نخواهد گشت.» «۱»

یا بَنِی آدَمَ إِمَّا یَأْتِیَنَّکُمْ رُسُلٌ مِنْکُمْ یَقُصُّونَ عَلَیْکُمْ آیاتِی فَمَنِ اتَّقی وَ أَصْلَحَ فَلا خَوْفٌ عَلَیْهِمْ وَ لا هُمْ یَحْزَنُونَ «ای فرزنـدان آدم چون پیغمبرانی از جنس شما بیایند و آیات مرا برای شما بیان کنند پس هر که تقوا پیشه کرد و به کار شایسته شتافت هیچ ترس و اندوهی (از گذشته و آینده در دنیا و عقبی) بر آنها نخواهد بود.» «۲»

وَ ما نُرْسِلُ الْمُرْسَلِینَ إِلَّا مُبَشِّرِینَ وَ مُنْذِرِینَ فَمَنْ آمَنَ وَ أَصْلَحَ فَلا خَوْفٌ عَلَیْهِمْ وَ لا هُمْ یَحْزَنُونَ «ما پیغمبران را جز برای آن که (خوبان را) مژده دهند و (بدان را) بترسانند نفرستادیم سپس هر کس ایمان آورد و کار شایسته کرد هرگز بر او بیمی نیست و ابدا اندوهگین نخواهد بود.» «۳»

---

(۱)- بقره: ۳۸.

(۲)- اعراف: ۳۵.

(۳)- انعام: ۴۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۴۵

بَلی مَنْ أَسْلَمَ وَجْهَهُ لِلَّهِ وَ هُوَ مُحْسِنٌ فَلَهُ أَجْرُهُ عِنْدَ رَبِّهِ وَ لا خَوْفٌ عَلَیْهِمْ وَ لا هُمْ یَحْزَنُونَ «آری کسـی که از هر جهت تسـلیم حکم خـدا گردیـد و نیکوکار شـد مسلم اجرش نزد خـدا بزرگ خواهـد بود و او را هیچ خوف و اندیشه و هیچ حزن و اندوهی در دنیا و آخرت نخواهد بود.» «۱»

ط- پشیمانی [ندامت]

نـدامت حـالتی انفعـالی است که از احساس گناه و تأسف از ارتکاب آن و ملامت نفس بر آنچه که انسان انجام داده و آرزو بر این که ای کاش آن کار را انجام نمی‌داد، ناشی می‌شود.

سرزنش نفس توسط خود انسان و پشیمانی از انجام کار زشت، از عوامل مهم استوای شخصیت انسان و تشویق او به دوری از اعمال ناشـایست و ارتکاب گناهانی است که باعث پشـیمانی و سـرزنش نفس می‌شود. از این روست که خداونـد به اهمیت نفس ملامتگر

(لوّامه) در ارشاد و هدایت رفتار انسان به دوری از گناهانی که سبب پشیمانی و ملامتش می‌شوند، سوگند یاد کرده است.
لاـ أُقْسِمُ بِيَوْمِ الْقِيامَـةِ وَ لاـ أُقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَـةِ «چنین نیست (که کـافران پنداشـتند) قسم به روز (بزرگ) قیامت. و قسم به نفس پر حسرت و ملامت (یعنی نفس انسان که در قیامت خود را بر تقصیر و گناه بسیار ملامت کند و حسرت خورد.» «۲»

---

(۱)- بقره: ۱۱۲.

(۲)- قیامت: ۱، ۲.

قرآن و روانشناسی، ص: ۱۴۶

نفس «لوّامه» همان چیزی است که ما آن را وجدان می‌نامیم و فرویـد و روان کاوان، آن را «من برتر» یا «من ایـده‌آل» می‌نامند و آن بخشـی از نفس است که انسان را در کارهایش به محاسـبه می‌کشد و نسـبت به ارتکاب خطاها ملامتش می‌کند و او را وامی‌دارد تا نسبت به ارتکاب گناه احساس پشیمانی کند.

نخستین باری که بشر احساس پشیمانی کرد همان جریانی است که برای پدر و مادر ما آدم و حوا علیهما السّلام پیش از هبوطشان به زمین و هنگامی که در بهشت بودند، اتفاق افتاد. آنها از دستور پروردگار خود سرپیچی کردند و از میوه درختی که خداوند آنها را از نزدیکی به آن منع کرده بود، خوردنـد در نتیجه عورتشان آشـکار شـد و آنها پشـیمان شدنـد و به خدا روی آوردند و از او طلب آمرزش و توبه کردند.

وَ قُلْنا يا آدَمُ اسْكُنْ أَنْتَ وَ زَوْجُكَ الْجَنَّةَ وَ كُلا مِنْها رَغَداً حَيْثُ شِئْتُما وَ لا تَقْرَبا هذِهِ الشَّجَرَةَ فَتَكُونا مِنَ الظَّالِمِينَ فَأَزَلَّهُمَا الشَّيْطانُ عَنْها فَأَخْرَجَهُما مِمَّا كانـا فِيهِ وَ قُلْنَا اهْبِطُوا بَعْضُكُمْ لِبَعْضٍ عَدُوٌّ وَ لَكُمْ فِي الْأَرْضِ مُسْتَقَرٌّ وَ مَتاعٌ إِلى حِينٍ فَتَلَقَّى آدَمُ مِنْ رَبِّهِ كَلِماتٍ فَتابَ عَلَيْهِ إِنَّهُ هُوَ التَّوَّابُ الرَّحِيمُ «و گفـتیم ای آدم تـو بـا جفت خود در بهشت جـای گزین و در آن جـا از هر نعمت که بخواهیـد بی‌هیچ زحمت برخوردار شوید ولی به این درخت (گندم یا سیب) نزدیک نشوید که از سـتمکاران خواهید بود. پس شـیطان آدم و حوا را به لغزش افکنـد تـا از آن درخت خوردنـد و بـدین عصـیان آنـان را از آن مقـام بیرون آورد. پس گفتیم که از بهشت فرود آییـد که برخی از شـما برخی را دشـمنید و شما را در زمین تا روز مرگ قرار و آرامگاه خواهد بود. پس آدم از خدای خود کلماتی آموخت که موجب پذیرفتن توبه او گردید زیرا خدا مهربان و توبه‌پذیر است.» «۱»

---

(۱)- بقره: ۳۵- ۳۷.

قرآن و روانشناسی، ص: ۱۴۷

پس از جریان آدم علیه السّـلام، دومین باری که بشـر در دنیا احساس پشـیمانی کرد وقتی بود که هابیل به دست برادرش قابیل کشته شد، و بعد قابیل از این عمل پشیمان شد. «۱»

فَطَوَّعَتْ لَهُ نَفْسُهُ قَتْلَ أَخِيهِ فَقَتَلَهُ فَأَصْبَحَ مِنَ الْخاسِرِينَ فَبَعَثَ اللَّهُ غُراباً يَبْحَثُ فِي الْأَرْضِ لِيُرِيَهُ كَيْفَ يُوارِي سَوْأَةَ أَخِيهِ قالَ يا وَيْلَتى أَ عَجَزْتُ أَنْ أَكُونَ مِثْلَ هـذَا الْغُرابِ فَأُوارِيَ سَوْأَةَ أَخِي فَأَصْبَحَ مِنَ النَّادِمِينَ «آن‌گـاه (پس از این گفتگو) هوای نفس، او را بر کشـتن برادرش ترغیب کرد تا او را کشت و بدین سبب از زیانکاران عالم شد. آن‌گاه خدا کلاغی را برانگیخت که زمین را به چنگال گود کنـد تـا به او بنمایـد که چگونه جسـد برادر را زیر خـاک پنهان سازد (قابیل) با خود گفت ای وای بر من آیا من از آن عاجزترم که مانند این کلاغ باشم تا جسد برادر را زیر خاک پنهان کنم پس (برادر را به خاک سپرد) و از این کار سخت پشیمان گردید.» «۲»

قرآن جریان پشیمانی برخی از کفار را در روز قیامت که از عدم ایمان به خدا و تصدیق پیامبر صلّی اللّه علیه و آله نادم خواهند شد، چنین توصیف می‌کند.

وَ یَوْمَ یَعَضُّ الظّالِمُ عَلی یَدَیْهِ یَقُولُ یا لَیْتَنِی اتَّخَذْتُ مَعَ الرَّسُولِ سَبِیلًا یا وَیْلَتی لَیْتَنِی لَمْ أَتَّخِذْ فُلاناً خَلِیلًا «و روزی که ظالم پشت دست حسرت را به دندان گرفته و گوید ای کاش من (در دنیا) با رسول حق راه دوستی و طاعت پیش می‌گرفتم. وای بر من ای کاش که فلان (مرد کافر و دقیق فاسق) را دوست نمی‌گرفتم.» «۳»

---

(۱)- محمود شبلی، حیاة آدم، چاپ دوم، بیروت: دار الجیل (بدون تاریخ)، ص ۱۰۱.

(۲)- مائده: ۳۰، ۳۱.

(۳)- فرقان: ۲۷، ۲۸.

ی- انفعالهای دیگر

قرآن به برخی از حالات انفعالی دیگر غیر از آنچه ما تاکنون ذکر کرده‌ایم، مثل شرم، ننگ و غرور یا تکبّر نیز اشاره می‌کند.

حیاء، انفعالی مرکب است که عناصری از شرم و ترس در آن یافت می‌شود و زمانی به انسان دست می‌دهد که بترسد مردم رفتارهایی را از او مشاهده کنند که قابل عیب‌گیری یا نکوهش هستند. این حالت از ویژگیها و خصائل پسندیده انسانی است، چرا که انسان را به پرهیز کردن از اعمال زشت و پلید وامی‌دارد.

قرآن در جریان داستان فرار موسی علیه السّلام از چنگ فرعون و پناهنده شدن به سرزمین مدین و آب دادنش به گوسفندان دخترانی که در کنار چاه ایستاده بودند، به حالت انفعالی شرم اشاره می‌کند؛ آن جا که یکی از آن دو دختر پس از آب دادن به گوسفندان نزد موسی برگشت و در حالی که با شرم به سویش گام برمی‌داشت او را به دیدار پدر خود دعوت کرد تا مزد آب دادن به گوسفندهای آنان را به او بدهد.

فَجاءَتْهُ إِحْداهُما تَمْشِی عَلَی اسْتِحْیاءٍ قالَتْ إِنَّ أَبِی یَدْعُوکَ لِیَجْزِیَکَ أَجْرَ ما سَقَیْتَ لَنا ...

«موسی (هنوز لب از دعا نبسته بود) دید که یکی از آن دو دختر با کمال (وقار و) حیا باز آمده و گفت پدرم از تو دعوت می‌کند تا (به منزل ما آیی و) در عوض سقایت گوسفندان ما، به تو پاداشی دهد ...» «۱»

احساس ننگ در واقع همان شرم همراه با احساس خواری و ذلت و رسوایی و عار است. در قرآن آیات بسیاری وجود دارد که حالت ننگی را که مشرکان و منافقان در دنیا و آخرت احساس می‌کنند، توصیف می‌نماید.

---

(۱)- قصص: ۲۵.

وَ مَنْ أَظْلَمُ مِمَّنْ مَنَعَ مَساجِدَ اللَّهِ أَنْ یُذْکَرَ فِیهَا اسْمُهُ وَ سَعی فِی خَرابِها أُولئِکَ ما کانَ لَهُمْ أَنْ یَدْخُلُوها إِلَّا خائِفِینَ لَهُمْ فِی الدُّنْیا خِزْیٌ وَ لَهُمْ فِی الْآخِرَةِ عَذابٌ عَظِیمٌ «و کیست ستمکارتر از آن که مردم را از ذکر نام خدا در مساجد منع کند و در خرابی آن بکوشد چنین گروه در مساجد مسلمانان در نیایند جز آن که بر خود (از اعمال زشت خویش) ترسان باشند، این گروه را در دنیا ذلت و خواری نصیب است و در آخرت عذابی بسیار سخت.» «۱»

إِنَّما جَزاءُ الَّذِینَ یُحارِبُونَ اللَّهَ وَ رَسُولَهُ وَ یَسْعَوْنَ فِی الْأَرْضِ فَساداً أَنْ یُقَتَّلُوا أَوْ یُصَلَّبُوا أَوْ تُقَطَّعَ أَیْدِیهِمْ وَ أَرْجُلُهُمْ مِنْ خِلافٍ أَوْ یُنْفَوْا مِنَ الْأَرْضِ ذلِکَ لَهُمْ خِزْیٌ فِی الدُّنْیا وَ لَهُمْ فِی الْآخِرَةِ عَذابٌ عَظِیمٌ «همانا کیفر آنان که با خدا و رسول او به جنگ برخیزند و در زمین به فساد کوشند جز این نباشد که آنها را به قتل رسانیده یا به دار کشند و یا دست و پایشان را به خلاف ببرند (یعنی دست

راست را با پای چپ و یا بالعکس) یا با نفی بلد و تبعید از سرزمین صالحان دور کنند این ذلت و خواری عذاب دنیوی آنهاست و اما در آخرت باز (در دوزخ) به عذابی بزرگ معذب خواهند بود.» «۲»

فَأَرْسَلْنا عَلَيْهِمْ رِيحاً صَرْصَراً فِي أَيَّامٍ نَحِساتٍ لِنُذِيقَهُمْ عَذابَ الْخِزْيِ فِي الْحَياةِ الدُّنْيا وَ لَعَذابُ الْآخِرَةِ أَخْزى وَ هُمْ لا يُنْصَرُونَ «ما هم بر هلاک آن قوم عاد، باد تندی در ایام نحس شوم فرستادیم تا به آنها عذاب و ذلت و خذلان را در دنیا بچشانیم در صورتی که خواری عذاب آخرت بیش از دنیاست و آن جا هیچ کس یاری آنها نخواهد کرد.» «۳»

---

(۱)- بقره: ۱۱۴.

(۲)- مائده: ۱۳.

(۳)- فصلت: ۱۶.

قرآن و روانشناسی، ص: ۱۵۰

خودپسندی، حالت انفعالی پیچیده‌ای است که در بعضی از مردم مشاهده می‌شود، این حالت همان خودخواهی و غرور و خود بزرگ‌بینی و تکبّر است. گاهی خودپسندی در برخی از مردم به نوعی نشانه رفتاری مبدّل می‌گردد که شخصیتشان با آن مشخص می‌شود. قرآن حالت خودپسندی و کبر و برتری جویی بر مردم را زشت شمرده از آن به بدی یاد کرده است.

وَ لا تَمْشِ فِي الْأَرْضِ مَرَحاً إِنَّكَ لَنْ تَخْرِقَ الْأَرْضَ وَ لَنْ تَبْلُغَ الْجِبالَ طُولًا «و هرگز در زمین به کبر و ناز مرو (و غرور و نخوت مفروش) که به نیرو زمین را نتوانی شکافت و به کوه در سربلندی نخواهی رسید.» «۱»

وَ لا تُصَعِّرْ خَدَّكَ لِلنَّاسِ وَ لا تَمْشِ فِي الْأَرْضِ مَرَحاً إِنَّ اللَّهَ لا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتالٍ فَخُورٍ «و هرگز به تکبر و ناز از مردم (نیازمند) رخ متاب و در زمین با غرور و تبختر قدم بر مدار که خدا هرگز مردم متکبر خودستا را دوست نمی‌دارد.» «۲»

عجب و خودخواهی، سرانجام به خود بزرگ‌بینی و برتری جویی بر مردم و رفتار تحقیر آمیز و متفرعنانه نسبت به آنها منتهی خواهد شد. قرآن در بسیاری از آیات، حالت برتری جویی مشرکان و منافقان و لجاجت تکبرآمیز آنها را در پذیرش حق مذمت کرده است. آیات زیر نمونه‌هایی از این آیات هستند:

وَ إِذا قِيلَ لَهُمْ تَعالَوْا يَسْتَغْفِرْ لَكُمْ رَسُولُ اللَّهِ لَوَّوْا رُؤُسَهُمْ وَ رَأَيْتَهُمْ يَصُدُّونَ وَ هُمْ مُسْتَكْبِرُونَ

---

(۱)- اسراء: ۳۷.

(۲)- لقمان: ۱۸. لا تصعّر خدکّ للنّاس. یعنی: چهره‌ات را از روی تکبر از مردم برمگردان.

قرآن و روانشناسی، ص: ۱۵۱

«و هرگاه به آنها گویند بیایید تا رسول خدا برای شما از حق آمرزش طلبد سر‌بپیچند و بنگری که با تکبر و نخوت روی می‌گردانند.» «۱»

وَيْلٌ لِكُلِّ أَفَّاكٍ أَثِيمٍ يَسْمَعُ آياتِ اللَّهِ تُتْلى عَلَيْهِ ثُمَّ يُصِرُّ مُسْتَكْبِراً كَأَنْ لَمْ يَسْمَعْها فَبَشِّرْهُ بِعَذابٍ أَلِيمٍ «وای بر مردم دروغگوی بدکار. آن که آیات خدا را که بر او تلاوت می‌شود شنیده و بر تکبر و طغیان اصرار می‌کند چنان که گویی هیچ آن آیات را نشنیده است (ای رسول) چنین کس را به عذاب دردناک بشارت ده.» «۲»

قرآن در نقل داستان فرعون، نمونه‌ای از شخصیتهای افراطی- در خودپسندی و برتری‌جویی و استکبار- را به ما ارائه می‌دهد.

فَحَشَرَ فَنادى فَقالَ أَنَا رَبُّكُمُ الْأَعْلى «پس (فرعون) با رجال بزرگ دربار خود انجمن کرد. (و از غرور و تکبر) گفت منم خدای بزرگ شما.» «۳»

وَ قالَ فِرْعَوْنُ یا أَیُّهَا الْمَلَأَ ما عَلِمْتُ لَکُمْ مِنْ إِلهٍ غَیْرِی ...

«و فرعون باز (به دعوی باطل خود ادامه داد و) با بزرگان قوم خود چنین گفت که من هیچ کس را غیر خودم خدای شما نمی‌دانم ...» «۴»

---

(۱)- منافقون: ۵.

(۲)- جاثیه: ۷، ۸.

(۳)- نازعات: ۲۳، ۲۴.

(۴)- قصص: ۳۸.

وَ نادی فِرْعَوْنُ فِی قَوْمِهِ قالَ یا قَوْمِ أَ لَیْسَ لِی مُلْکُ مِصْرَ وَ هذِهِ الْأَنْهارُ تَجْرِی مِنْ تَحْتِی أَ فَلا تُبْصِرُونَ أَمْ أَنَا خَیْرٌ مِنْ هذَا الَّذِی هُوَ مَهِینٌ وَ لا یَکادُ یُبِینُ «و فرعون در میان قومش آوازه بلند کرد که ای مردم آیا کشور با عظمت مصر از من نیست؟ و چنین نهرها از زیر قصر من جاری نیست؟ آیا (عزت و جلال مرا در عالم به چشم) مشاهده نمی‌کنید؟ آیا من (به ریاست و سلطنت) بهترم یا این چنین مرد فقیر خواری که هیچ منطق و بیان روشنی ندارد.» «۱»

ک- تغییرات بدنی همراه با انفعال

وقتی انسان دچار حالت انفعالی می‌شود، از نظر فیزیولوژیک تغییرات زیادی در بدنش رخ می‌دهد، چنان که در شکل ظاهری بدن و خطوط چهره‌اش نیز دگرگونیهایی نمایان می‌شود. در میان این تغییرات که به هنگام انفعال رخ می‌دهد، می‌توان از شدت ضربان قلب و انقباض مویرگهای خونی در امعا و احشا و گسترده شدن این مویرگها در سطح بدن، نام برد و این گستردگی مویرگها خود باعث ورود مقدار زیادی خون به قلب می‌شود. پر شدن قلب از خون، موجب افزایش حجم آن و در نتیجه اتصالش به نای می‌شود، زیرا از نظر فیزیولوژی تشریحی قلب در حدود یک و نیم سانتیمتر زیر یکی از نایچه‌ها قرار دارد. «۲» قرآن، اضطراب و تپش شدید قلب را در حالت انفعالی ترس که به سبب شدّت خفقان و افزایش ورود خون به قلب، صورت می‌گیرد و باعث افزایش حجم آن و در نتیجه، نزدیک شدنش به نای می‌شود، چنین توصیف کرده است:

إِذْ جاؤُکُمْ مِنْ فَوْقِکُمْ وَ مِنْ أَسْفَلَ مِنْکُمْ وَ إِذْ زاغَتِ الْأَبْصارُ وَ بَلَغَتِ الْقُلُوبُ الْحَناجِرَ

---

(۱)- زخرف: ۵۱، ۵۲.

(۲)- جمال ماضی ابو العزائم: القرآن و علم النفس، ندوة علم النفس و الاسلام، جلد اول. از انتشارات دانشکده علوم تربیتی دانشگاه ریاض (به صورت پلی کپی)، ۱۹۷۸ میلادی، ص ۲۱.

وَ تَظُنُّونَ بِاللَّهِ الظُّنُونَا هُنالِکَ ابْتُلِیَ الْمُؤْمِنُونَ وَ زُلْزِلُوا زِلْزالًا شَدِیداً «یاد آرید وقتی را که (در جنگ احزاب) لشکر کفّار از بالا و زیر بر شما حمله‌ور شدند و چشمها حیران شد و جانها به گلو رسید و به وعده خدا گمانهای مختلف کردید (مؤمنان حقیقی به وعده حق و فتح اسلام خوش گمان و دیگران بدگمان بودند). در آن جا مؤمنان امتحان شدند و (ضعیفان در ایمان) سخت متزلزل گردیدند.» «۱»

قرآن همچنین حالت ترس شدیدی را که در روز قیامت به مردم دست می‌دهد، چنین بیان می‌دارد.

وَ أَنْذِرْهُمْ یَوْمَ الْآزِفَةِ إِذِ الْقُلُوبُ لَدَی الْحَناجِرِ کاظِمِینَ ما لِلظَّالِمِینَ مِنْ حَمِیمٍ وَ لا شَفِیعٍ یُطاعُ «و ای رسول، امت را از روز قیامت بترسان که از هول و ترس آن روز جانها به گلو می‌رسد و از بیم آن حزن و خشم خود فرو می‌برند و ستمکاران را هیچ خویشی که حمایت کند و یاوری که شفاعتش پذیرفته شود، نخواهد بود.» «۲»

یکی از نمونه‌های تغییرات جسمی که همراه انفعال رخ می‌دهد، تغییر خطوط چهره است به طوری که انسان می‌تواند حالت انفعال را از تغییراتی که در خطوط چهره شخص منفعل رخ می‌دهد، ملاحظه کند، قرآن در بسیاری از آیات به این پدیده اشاره می‌کند، آیات زیر نمونه‌هایی از این گونه هستند.

---

(۱)- احزاب: ۱۰، ۱۱. این دو آیه حالت ترسی را که در جریان جنگ خندق (احزاب) بر مسلمانان چیره شده بود، وصف می‌کند.

(۲)- غافر: ۱۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۵۴

وَ إِذا تُتْلی عَلَیْهِمْ آیاتُنا بَیِّناتٍ تَعْرِفُ فِی وُجُوهِ الَّذِینَ کَفَرُوا الْمُنْکَرَ یَکادُونَ یَسْطُونَ بِالَّذِینَ یَتْلُونَ عَلَیْهِمْ آیاتِنا ...

«و هرگاه بر این کافران معاند آیات روشن ما تلاوت شود در چهره آنها به حدی اثر مخالفت و انکار مشاهده کنی که نزدیک است از فرط غضب بر مؤمنانی که آن آیات را قرائت می‌کنند حمله‌ور شوند ...» «۱»

وَ إِذا بُشِّرَ أَحَدُهُمْ بِما ضَرَبَ لِلرَّحْمنِ مَثَلًا ظَلَّ وَجْهُهُ مُسْوَدًّا وَ هُوَ کَظِیمٌ «و هرگاه هر کدام از مشرکان را به دختری- که به خدا نسبت دادند- مژده دهند رویش (از غم) سیاه می‌شود و (به ناچار) خشم فرو می‌برد.» «۲»

در قرآن آیات فراوانی وجود دارد که حالتهای انفعالی غم و افسردگی و شادی و خوشبختی را که مردم در روز قیامت احساس می‌کنند، و همچنین تغییراتی را که بر چهره‌هاشان نمایان می‌شود و منعکس کننده حالت انفعالی آنهاست، توصیف می‌کند.

خداوند متعال در وصف حالت افسردگی و اندوهی که در روز قیامت، کافران را به دلیل این که منتظر فرا رسیدن عذاب الهی هستند و در اثر غم و اندوه چهره‌هاشان اخم آلود و سیاه می‌نماید، چنین می‌فرماید:

وَ یَوْمَ الْقِیامَةِ تَرَی الَّذِینَ کَذَبُوا عَلَی اللَّهِ وُجُوهُهُمْ مُسْوَدَّةٌ ...

«و روز قیامت کسانی را که بر خدا دروغ بستند بنگری که همه رویشان سیاه شده است ...» «۳»

---

(۱)- حج: ۷۲.

(۲)- زخرف: ۱۷.

(۳)- زمر: ۶۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۵۵

وَ وُجُوهٌ یَوْمَئِذٍ باسِرَةٌ تَظُنُّ أَنْ یُفْعَلَ بِها فاقِرَةٌ «و رخسار گروهی دیگر عبوس و غمگین است. که می‌دانند حادثه ناگواری در پیش است که پشت آنها را می‌شکند.» «۱»

وَ وُجُوهٌ یَوْمَئِذٍ عَلَیْها غَبَرَةٌ تَرْهَقُها قَتَرَةٌ أُولئِکَ هُمُ الْکَفَرَةُ الْفَجَرَةُ «و رخسار گروهی گردآلود (غم و اندوه) است. و به رویشان خاک (ذلّت و خجلت) نشسته. آنها کافران و بدکاران عالمند.» «۲»

قرآن، حالت خوشحالی و خوشبختی را که در روز قیامت بر چهره مؤمنان نمایان است و با رخساری خندان و شاداب در انتظار ورود به بهشت هستند، چنین توصیف می‌کند:

وُجُوهٌ یَوْمَئِذٍ مُسْفِرَةٌ ضاحِکَةٌ مُسْتَبْشِرَةٌ «آن روز طایفه‌ای (که اهل ایمانند) رخسارشان (چون صبح) فروزان است. و خندان و

شادمانند.» «۳»

إِنَّ الْأَبْرارَ لَفِی نَعِیمٍ عَلَی الْأَرائِکِ یَنْظُرُونَ تَعْرِفُ فِی وُجُوهِهِمْ نَضْرَةَ النَّعِیمِ

---

(۱)- قیامت: ۲۴، ۱۴. «باسره» یعنی عبوس و بسیار اخمو. و «یفعل بها فاقرة» یعنی مصیبتی بر او وارد می‌شود که ستون فقراتش را می‌شکند.

(۲)- عبس: ۴۰- ۴۲. «غبرة» یعنی غبار. «قتره» یعنی تیرگی و کدری، معنایش این است که چهره‌هایشان را پرده‌ای سیاه از ننگ و ذلت و خواری می‌پوشاند.

(۳)- عبس: ۳۸، ۳۹. «مسفرة» یعنی تابناک و درخشان.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۵۶

«محققا نیکوکاران در بهشت ابد متنعمند. آن جا بر تختهای (عزت تکیه زننـد و) نعمتهای خـدا را بنگرند. و در رخسارشان نشاط و شادمانی نعیم بهشتی پدیدار است.» «۱»

وُجُوهٌ یَوْمَئِذٍ ناعِمَةٌ لِسَعْیِها راضِیَةٌ فِی جَنَّةٍ عالِیَةٍ «جمعی دیگر به نعمتهـای بهشتی رخسارشـان شادمان و خنـدان است. و از سـعی و کوشش خود (در طاعت خدا) خشنودند. که در بهشت بلند مرتبت، مقام عالی یافته‌اند.» «۲»

وُجُوهٌ یَوْمَئِذٍ ناضِرَةٌ إِلی رَبِّها ناظِرَةٌ «آن روز رخسار طایفه‌ای از شادی برافروخته و نورانی است. و به چشم دل جمال حق را مشاهده می‌کنند (و در بهشت رضوان به دیدار دوست متنعمند.)» «۳»

یکی از تغییرات بـدنی که با حالت انفعال، بویژه انفعال ترس همراه می‌باشد، بزرگ شدن کاسه چشم و از کار افتادن اندیشه و تفکر است. قرآن و روان‌شناسی ۱۵۶ ک - تغییرات بدنی همراه با انفعال ..... ص : ۱۵۲

وَ لا تَحْسَبَنَّ اللَّهَ غافِلًا عَمَّا یَعْمَلُ الظَّالِمُونَ إِنَّما یُؤَخِّرُهُمْ لِیَوْمٍ تَشْخَصُ فِیهِ الْأَبْصارُ مُهْطِعِینَ مُقْنِعِی رُؤُسِهِمْ لا یَرْتَدُّ إِلَیْهِمْ طَرْفُهُمْ وَ أَفْئِدَتُهُمْ هَواءٌ «و هرگز مپنـدار که خـدا از کردار سـتمکاران غافـل است بلکه، کیفر ظالمـان را به تـأخیر می‌افکنـد تـا آن روزی که چشـمهایشان در آن روز خیره و حیران است. در آن روز سـخت آن سـتمکاران همه شـتابان (و هراسان) سر به بالا کرده و چشمها و اله مانده و دلهاشان از شدت عذاب به دهشت و اضطراب است.» «۴»

---

(۱)- مطففین: ۲۲- ۲۴.

(۲)- غاشیه: ۸- ۱۰.

(۳)- قیامت: ۲۲، ۲۳.

(۴)- ابراهیم: ۴۲، ۴۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۵۷

وَ اقْتَرَبَ الْوَعْدُ الْحَقُّ فَإِذا هِیَ شاخِصَةٌ أَبْصارُ الَّذِینَ کَفَرُوا یا وَیْلَنا قَدْ کُنَّا فِی غَفْلَةٍ مِنْ هـذا بَلْ کُنَّا ظالِمِینَ «آن‌گاه وعـده (ثواب و عقـاب) حق بسـیار نزدیـک شود و ناگهان چشم کافران از حیرت فرو مانـده، فریاد کننـد: ای وای بر ما که از این روز غافل بودیم و سخت به راه ستمکاری شتافتیم.» «۱»

این سـخن خداونـد متعال «تَشْخَصُ فِیهِ الْأَبْصارُ» و «لا یَرْتَدُّ إِلَیْهِمْ طَرْفُهُمْ» توصـیف دقیقی است از افزایش حجم کاسه چشم و شدّت خیره ماندن و باز و بسته نکردن آن به سبب ترس شدید از چیزهایی که می‌بیند.

هنگام دچار شـدن به حالت انفعالی، تمام شـکل بدن بطور کلی تغییر می‌کند. مثلا انسان در حالت سـرور و شادی، با نشاط، راسـت

قامت، سربلند و فراخ سینه به نظر می‌رسد، و در حالت ننگ و احساس گناه و پشیمانی، خوار، سرافکنده و فرو رفته در خود، دیده می‌شود گویی، می‌خواهد خود را از دید مردم بپوشاند. ما می‌توانیم وصف و شرح این گونه تغییرات بدنی را که همراه حالت انفعال به وجود می‌آیند، در قرآن بیابیم.

وَ لَوْ تَری إِذِ الْمُجْرِمُونَ ناکِسُوا رُؤُسِهِمْ عِنْدَ رَبِّهِمْ رَبَّنا أَبْصَرْنا وَ سَمِعْنا فَارْجِعْنا نَعْمَلْ صالِحاً إِنَّا مُوقِنُونَ «ای رسول، اگر تو حال مجرمان را (در قیامت) ببینی که چگونه در حضور خدای خود سر به زیر و ذلیلند و (با آه و ناله و حسرت) گویند: پروردگارا اینک عذاب تو را به چشم دیدیم و (سخن رسولانت را) به گوش گرفتیم ما را به دنیا باز گردان تا صالح و نیکوکار شویم که اکنون (وعده تو را) به چشم یقین مشاهده کردیم.» «۲»

---

(۱)- انبیا: ۹۷.

(۲)- سجده: ۱۲.

قرآن و روانشناسی، ص: ۱۵۸

وَ تَراهُمْ یُعْرَضُونَ عَلَیْها خاشِعِینَ مِنَ الذُّلِّ یَنْظُرُونَ مِنْ طَرْفٍ خَفِیٍّ ...

«و آن ظالمان را بنگری که به دوزخشان متوجه گردانند و آنها با ترس و ذلت، از گوشه چشم بر آتش دوزخ می‌نگرند ...» «۱»

خاشِعَةً أَبْصارُهُمْ تَرْهَقُهُمْ ذِلَّةٌ ...

«چشمانشان ذلیل و ترسان است و ذلت و حسرت، آنها را فرا گرفته است ...» «۲»

یکی دیگر از تغییرات جسمی که هنگام بروز حالت انفعالی ترس، حادث می‌شود، راست شدن موی سر و تمام موی بدن بر سطح پوست است. این مسأله در بعضی از حیوانات مثل گربه‌ها که در حالت انفعالی ترس مو بر تنشان راست می‌ایستد، آشکارا دیده می‌شود. همین حالت برای انسان نیز به وجود می‌آید، اما، نه به آن آشکاری که در حیوانات دیده می‌شود. همین راست شدن مو بر سطح پوست بدن، به هنگام بروز حالت انفعالی ترس، باعث می‌شود که در وقت ترسیدن نوعی لرزش در بدن احساس شود.

قرآن احساس لرزش بدن را که همراه حالت انفعالی ترس است، چنین ذکر کرده است.

اللَّهُ نَزَّلَ أَحْسَنَ الْحَدِیثِ کِتاباً مُتَشابِهاً مَثانِیَ تَقْشَعِرُّ مِنْهُ جُلُودُ الَّذِینَ یَخْشَوْنَ رَبَّهُمْ ثُمَّ تَلِینُ جُلُودُهُمْ وَ قُلُوبُهُمْ إِلی ذِکْرِ اللَّهِ ذلِکَ هُدَی اللَّهِ یَهْدِی بِهِ مَنْ یَشاءُ وَ مَنْ یُضْلِلِ اللَّهُ فَما لَهُ، مِنْ هادٍ «خدا قرآن را فرستاد که بهترین حدیث است، کتابی است که آیاتش همه (در کمال فصاحت و اعجاز) با هم مشابه است (و در آن ثنای خدا و خاصان خدا)

---

(۱)- شوری: ۴۵.

(۲)- زمر: ۲۳.

قرآن و روانشناسی، ص: ۱۵۹

مکرر می‌شود که از تلاوت (آیات قهر آن)، خدا ترسان را لرزه بر اندام افتد و (به آیات رحمت) باز آرام و سکونت بخشد و دلهایشان را به ذکر خدا مشغول سازد این (کتاب) همان (رحمت و) هدایت خداست که هر که را خواهد به آن رهبری فرماید و هر کس را خدا گمراه کند دیگر هیچ هدایت کننده‌ای نخواهد یافت.» «۱»

این گفته خداوند متعال در آیه فوق، «ثُمَّ تَلِینُ جُلُودُهُمْ وَ قُلُوبُهُمْ إِلی ذِکْرِ اللَّهِ» اشاره است به حالت آسایش و آرامشی که ذکر خدا و توجه به او، در نفس انسان ایجاد می‌کند، که آن هم با عبادت و تنزیه خداوند، قابل حصول است.

انسان گاهی با حرکت دست، حالات انفعالی خود را بروز می‌دهد. قرآن، دست روی دست زدن انسان را در حالت پشیمانی، چنین

ذکر کرده است.

وَ أُحِيطَ بِثَمَرِهِ فَأَصْبَحَ يُقَلِّبُ كَفَّيْهِ عَلى ما أَنْفَقَ فِيها وَ هِيَ خاوِيَةٌ عَلى عُرُوشِها وَ يَقُولُ يا لَيْتَنِي لَمْ أُشْرِكْ بِرَبِّي أَحَداً «یا آن که ثمره و میوه‌هایش همه نابود شود تا صبحدمی از شدت حزن و اندوه بر آن چه در باغ خرج کرد دست بر دست زند که بنا و اشجارش همه ویران و خشک شده است آن‌گاه گوید: ای کاش من به خدای خود مشرک نمی‌شدم (و به خودپرستی و غرور و معصیت نمی‌پرداختم).» «۲»

انسان گاهی دست خود را بر دهان می‌گذارد تا حیرت و نفرتش را ابراز کند. خداوند می‌فرماید:

أَ لَمْ يَأْتِكُمْ نَبَؤُا الَّذِينَ مِنْ قَبْلِكُمْ قَوْمِ نُوحٍ وَ عادٍ وَ ثَمُودَ وَ الَّذِينَ مِنْ بَعْدِهِمْ لا يَعْلَمُهُمْ إِلَّا اللَّهُ جاءَتْهُمْ رُسُلُهُمْ بِالْبَيِّناتِ فَرَدُّوا أَيْدِيَهُمْ فِي أَفْواهِهِمْ وَ قالُوا إِنَّا كَفَرْنا بِما

---

(۱)- قلم: ۴۳.

(۲)- کهف: ۴۲.

أُرْسِلْتُمْ بِهِ وَ إِنَّا لَفِي شَكٍّ مِمَّا تَدْعُونَنا إِلَيْهِ مُرِيبٍ «آیا اخبار پیشینیان شما مانند قوم نوح و عاد و ثمود و قوم بعد از اینها که همه در گذشتند و جز خدا کسی بر احوالشان آگاه نیست به شما نرسیده که پیغمبرانشان آیات و معجزات روشن بر آنها آوردند و آنها (از تعجب و خشم) دست به دهان فرو برده و می‌گفتند که ما به هر چه شما پیغمبران مأمور آن هستید کافریم و هم به آنچه شما دعوت می‌کنید (از خدا و قیامت و بهشت و دوزخ و سایر گفتارتان) در همه شک داریم.» «۱»

همچنین در هنگام انفعال، گاهی فرایند تفکر متوقف می‌شود و انسان نمی‌تواند به مشکلاتی که با آنها مواجه می‌شود به شکل درست آن گونه معمولا- در اوقات و حالتهای غیر انفعالی می‌اندیشد، بیندیشد. قرآن در آیه ۴۳ سوره ابراهیم که پیشتر ذکر کرده‌ایم، به متوقف شدن فرایند تفکر در هنگام انفعال چنین اشاره می‌کند:

... لا يَرْتَدُّ إِلَيْهِمْ طَرْفُهُمْ وَ أَفْئِدَتُهُمْ هَواءٌ «... و چشمها و اله مانده و دلهاشان از شدت عذاب به دهشت و اضطراب است.» «۲»

عبارت «أَفْئِدَتُهُمْ هَواءٌ» اشاره دارد به از کار افتادن جریان تفکر در هنگام ترس، چه در این صورت، مغز ستمکاران از عقل و تفکر خالی می‌شود. «۳»

---

(۱)- ابراهیم: ۹.

(۲)- ابراهیم: ۴۳.

(۳)- تفسیر قرطبی، ج ۹، ص ۳۷۷، ۳۷۸؛ تفسیر الجلالین، ص ۲۱۵.

ل- غلبه بر انفعالها

اشاره

عواطف انفعالی گرچه وظایف مهمّی در زندگی انسان بر عهده دارند، و همان طور که قبلا اشاره کردیم انسان را در حفظ و بقای ذات یاری می‌کنند، اما با این حال، زیاده‌روی در آنها برای سلامت جسم و روان ضرر دارد. مثلا انفعال ترس برای انسان مفید

است، زیرا او را به پرهیز و دوری جستن از خطراتی که زندگی‌اش را تهدید می‌کنند باز می‌دارد، اما اگر انسان در ترس زیاده‌روی کند و از خیلی چیزهایی که برایش ظاهرا تهدید آمیزند ولی، در واقع خطرناک نیستند، بترسد، در این صورت ترس برای انسان زیان‌آور است.

این گونه ترسهای فراوان، معمولا ـ دلیل بر اضطراب و تزلزل شخصیت انسان هستند و تحقیقات جدید در طب «روان تنی» (سیکو سوماتی) این موضوع را روشن کرده است که، اضطراب در جنبه‌های انفعالی انسان، یکی از عوامل رشد بسیاری از عوارض بیماریهای جسمی است. برخی از آمارها نشان می‌دهد که درصد زیادی از بیمارانی که اغلب به مطب پزشکان مراجعه می‌کنند، اساسا از اضطرابهای ناشی از مشکلات روانی شکایت دارند این بیماران اصولا نیازمند مداوای پزشکی نیستند بلکه، در واقع به معالجه روانی نیاز دارند. اکنون در محافل پزشکی، معروف است که بهترین توصیه به این گونه بیماران این است که، خود را از حالت نگرانی و تشویش رها سازند. قرآن با توجه و اهتمام به راهنمایی مردم در امر مهار کردن حالات روانی و غلبه بر آنها، از علوم جدید پزشکی و روانی، پیشی گرفته است، چرا که در این کار فوائد بهداشتی فراوانی وجود دارد که تاکنون به طور دقیق و علمی ناشناخته بوده، ولی در عصر حاضر به فواید آنها پی برده شده است.

۱- غلبه بر ترس از مرگ

قرآن اصرار دارد مردم را به نترسیدن از اموری تشویق کند که معمولا در آنها حالت ترس برمی‌انگیزند، مانند مرگ و فقر. درباره ترس از مرگ، قرآن، برای ما بیان کرده است که حیات دنیا یک زندگی گذرا و فانی و نعمتهای آن نابود شدنی است، و تنها زندگی اخروی است که همیشگی و نعمتهایش ابدی و ماندگار است و مرگ چیزی نیست مگر

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۶۲

مرحله‌ای که ما را از این زندگی فانی به یک زندگی باقی و جاودانه منتقل می‌کند. به همین دلیل مؤمن واقعی از مرگ نمی‌هراسد، چون یقین دارد که مرگ، او را به نعمتهای حیات باقی و جاویدان منتقل خواهد کرد که خداوند به بندگان پرهیزکارش وعده فرموده است.

وَ ما هـذِهِ الْحَیاةُ الدُّنْیا إِلَّا لَهْوٌ وَ لَعِبٌ وَ إِنَّ الدَّارَ الْآخِرَةَ لَهِیَ الْحَیَوانُ لَوْ کانُوا یَعْلَمُونَ «این زندگانی چند روزه دنیا فسوس و بازیچه‌ای بیش نیست و زندگانی اگر مردم بدانند به حقیقت در آخرت است.» «۱»

وَ مَا الْحَیـاةُ الـدُّنْیا إِلَّا لَعِبٌ وَ لَهْوٌ وَ لَلـدَّارُ الْآخِرَةُ خَیْرٌ لِلَّذِینَ یَتَّقُونَ أَ فَلا تَعْقِلُونَ «دنیا جز بازیچه کودکانه و هوسرانی بی‌خردان هیچ نیست و همانا سرای دیگر، اهل تقوا را نیکوتر است آیا تعقل و اندیشه در این گفتار به کار نمی‌بندید!» «۲» یا قَوْمِ إِنَّما هذِهِ الْحَیاةُ الـدُّنْیا مَتاعٌ وَ إِنَّ الْآخِرَةَ هِیَ دارُ الْقَرارِ «ای قوم، این زندگانی (فانی) دنیا، متاع ناچیزی بیش نیست و سرای آخرت منزلگاه ابدی (و حیات جاودانی) است.» «۳»

همین ایمان به زندگی باقی آخرت و نیز ایمان به نعمتهای جاودانه‌ای که خداوند به مؤمنان وعده داده است، از عوامل مهمی بودند که باعث شدند، مسلمانان صدر اسلام شجاعانه و بدون ترس از مرگ، به جنگ و جهاد در راه خدا اقدام کنند و با شهامت و جرأت فراوان، در حالی که آرزوی شهادت در راه خدا و رسیدن به نعمتهای بهشتی داشتند، به صفوف کفّار بتازند.

---

(۱)- عنکبوت: ۶۴.

(۲)- انعام: ۳۲.

(۳)- غافر: ۳۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۶۳

وَ لا تَحْسَبَنَّ الَّذِينَ قُتِلُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ أَمْواتاً بَلْ أَحْياءٌ عِنْدَ رَبِّهِمْ يُرْزَقُونَ فَرِحِينَ بِما آتاهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ وَ يَسْتَبْشِرُونَ بِالَّذِينَ لَمْ يَلْحَقُوا بِهِمْ مِنْ خَلْفِهِمْ أَلَّا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَ لا هُمْ يَحْزَنُونَ «البته نپندارید که شهیدان راه خدا مرده‌اند بلکه زنده به حیات ابدی هستند و در نزد خدا متنعم خواهند بود. آنان به فضل و رحمتی که از خداوند نصیبشان گردیده شادمانند و به آن مؤمنان که هنوز به آنها نپیوسته‌اند و بعدا در پی آنها به راه آخرت خواهند شتافت مژده دهند، که از مردن هیچ نترسید و از فوت متاع دنیا هیچ غم مخورید.» «۱»

وَ لَئِنْ قُتِلْتُمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ أَوْ مُتُّمْ لَمَغْفِرَةٌ مِنَ اللَّهِ وَ رَحْمَةٌ خَيْرٌ مِمَّا يَجْمَعُونَ وَ لَئِنْ مُتُّمْ أَوْ قُتِلْتُمْ لَإِلَى اللَّهِ تُحْشَرُونَ «اگر در راه خدا کشته شده یا بمیرید در آن جهان به آمرزش و رحمت خدا نایل شوید و آن بهتر از هر چیزی است که در حیات دنیا برای خود فراهم توان آورد.

اگر در راه خدا بمیرید یا کشته شوید (غم مدارید) که به رحمت ایزدی در پیوسته و به سوی خدا محشور خواهید شد.» «۲»

فَلْيُقاتِلْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ الَّذِينَ يَشْرُونَ الْحَياةَ الدُّنْيا بِالْآخِرَةِ وَ مَنْ يُقاتِلْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ فَيُقْتَلْ أَوْ يَغْلِبْ فَسَوْفَ نُؤْتِيهِ أَجْراً عَظِيماً «مؤمنان باید در راه خدا با آنان که حیات مادی دنیا را بر آخرت گزیدند جهاد کنند و هر کس در جهاد به راه خدا کشته شد یا فاتح گردید زود باشد که او را (در بهشت ابدی) اجری عظیم دهیم.» «۳»

---

(۱)- آل عمران: ۱۶۹، ۱۷۰.

(۲)- آل عمران: ۱۵۷، ۱۵۸.

(۳)- نساء: ۷۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۶۴

إِنَّ اللَّهَ اشْتَرى مِنَ الْمُؤْمِنِينَ أَنْفُسَهُمْ وَ أَمْوالَهُمْ بِأَنَّ لَهُمُ الْجَنَّةَ يُقاتِلُونَ فِي سَبِيلِ اللَّهِ فَيَقْتُلُونَ وَ يُقْتَلُونَ وَعْداً عَلَيْهِ حَقًّا فِي التَّوْراةِ وَ الْإِنْجِيلِ وَ الْقُرْآنِ وَ مَنْ أَوْفى بِعَهْدِهِ مِنَ اللَّهِ فَاسْتَبْشِرُوا بِبَيْعِكُمُ الَّذِي بايَعْتُمْ بِهِ وَ ذلِكَ هُوَ الْفَوْزُ الْعَظِيمُ «خدا جان و مال اهل ایمان را به بهای بهشت خریداری کرده، آنها که در راه خدا جهاد می‌کنند که دشمنان دین را به قتل رسانند و یا خود کشته شوند این وعده قطعی است بر خدا و عهدی است که در تورات و انجیل و قرآن یاد فرموده است و از خدا با وفاتر به عهد کیست؟ ای اهل ایمان شما به خود در این معامله بشارت دهید که این معاهده با خدا به حقیقت سعادت و فیروزی بزرگی است.» «۱»

مؤمنان راستین به طور یقین می‌دانستند که مرگ، حق است و هیچ گریزی از آن نیست. بنابراین آن را به عنوان یک واقعیت محتوم، بدون ترس و اظهار ناراحتی می‌پذیرفتند و می‌دانستند که هر چه هم عمرشان در دنیا طولانی شود باز هم رو به نابودی است و سرانجام مرگ آنها را به حیات باقی و جاودانه منتقل خواهد کرد.

كُلُّ نَفْسٍ ذائِقَةُ الْمَوْتِ وَ إِنَّما تُوَفَّوْنَ أُجُورَكُمْ يَوْمَ الْقِيامَةِ فَمَنْ زُحْزِحَ عَنِ النَّارِ وَ أُدْخِلَ الْجَنَّةَ فَقَدْ فازَ وَ مَا الْحَياةُ الدُّنْيا إِلَّا مَتاعُ الْغُرُورِ «هر نفسی شربت مرگ را خواهد چشید و محققا روز قیامت همه شما به مزد اعمال خود کاملا خواهید رسید پس هر کس خود را از آتش جهنم دور داشت و به بهشت ابدی درآمد، چنین کسی فیروزی و سعادت ابد یافت و (بدانید) که زندگانی دنیا جز متاعی فریبنده نخواهد بود.» «۲»

---

(۱)- توبه: ۱۱۱.

(۲)- آل عمران: ۱۸۵.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۶۵

كُلُّ نَفْسٍ ذائِقَةُ الْمَوْتِ وَ نَبْلُوكُمْ بِالشَّرِّ وَ الْخَيْرِ فِتْنَةً وَ إِلَيْنا تُرْجَعُونَ «هر نفسی در عالم رنج و سختی مرگ را می‌چشد و ما شما را به بد و نیک مبتلا کرده تا بیازماییم و (هنگام مرگ) به سوی ما باز می گردید.» «۱»

كُلُّ نَفْسٍ ذائِقَةُ الْمَوْتِ ثُمَّ إِلَيْنا تُرْجَعُونَ «هر نفسی شهد ناگوار مرگ را خواهد چشید و پس از مرگ همه به ما رجوع خواهند کرد.» «۲»

أَيْنَما تَكُونُوا يُدْرِكْكُمُ الْمَوْتُ وَ لَوْ كُنْتُمْ فِي بُرُوجٍ مُشَيَّدَةٍ ...

«هر کجا باشید اگر چه در کاخهای محکم، مرگ شما را فرا رسد (و از چنگ مرگ به هیچ چاره‌ای رهایی نیابید).» «۳»

قُلْ لَنْ يَنْفَعَكُمُ الْفِرارُ إِنْ فَرَرْتُمْ مِنَ الْمَوْتِ أَوِ الْقَتْلِ وَ إِذاً لا تُمَتَّعُونَ إِلَّا قَلِيلًا «ای رسول ما، منافقان را بگو اگر از مرگ یا قتل فرار می کنید آن فرار هرگز به نفع شما نیست چه آن که اندک زمانی بیش، از زندگی کامیاب نخواهید شد.» «۴»

همین نترسیدن مؤمنان از مرگ و اشتیاق شدیدشان به شهادت در جریان جهاد در راه خدا، یکی از مهمترین عوامل یاری کننده آنها برای پیروزی در جنگها و در نتیجه، گسترش سریع اسلام در جهان بود.

---

(۱)- انبیاء: ۳۵.

(۲)- عنکبوت: ۵۷.

(۳)- نساء: ۷۸.

(۴)- احزاب: ۱۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۶۶

۲- غلبه بر ترس از فقر

قرآن همچنین به ما سفارش کرده است که از فقر نهراسیم، زیرا روزی در دست خداوند متعال می‌باشد و تنها اوست که روزی دهنده و صاحب قدرت و اقتدار است.

إِنَّ اللَّهَ هُوَ الرَّزَّاقُ ذُو الْقُوَّةِ الْمَتِينُ «همانا روزی دهنده خلق تنها خداست که صاحب قوت و اقتدار ابدی است.» «۱»

وَ فِي السَّماءِ رِزْقُكُمْ وَ ما تُوعَدُونَ «و روزی شما با همه وعده‌ها که به شما دادند در آسمان (به امر خدا مقدر) است.» «۲»

وَ ما مِنْ دَابَّةٍ فِي الْأَرْضِ إِلَّا عَلَى اللَّهِ رِزْقُها وَ يَعْلَمُ مُسْتَقَرَّها وَ مُسْتَوْدَعَها كُلٌّ فِي كِتابٍ مُبِينٍ «هیچ جنبنده در زمین نیست جز آن که روزیش بر خداست و خدا قرارگاه (منزل دائمی) و آرامگاه (جای موقت) او را می‌داند و همه احوال خلق در دفتر علم ازلی خدا ثبت است.» «۳»

وَ كَأَيِّنْ مِنْ دَابَّةٍ لا تَحْمِلُ رِزْقَهَا اللَّهُ يَرْزُقُها وَ إِيَّاكُمْ وَ هُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ «و چه بسیار حیوانات که خود بار روزی خود را نکشند و خدا به آنها و هم به شما روزی می‌رساند و او شنوا و داناست.» «۴»

---

(۱)- ذاریات: ۵۸.

(۲)- ذاریات: ۲۲.

(۳)- هود: ۶.

(۴)- عنکبوت: ۶۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۶۷

اللَّهُ یَبْسُطُ الرِّزْقَ لِمَنْ یَشاءُ مِنْ عِبادِهِ وَ یَقْدِرُ لَهُ إِنَّ اللَّهَ بِکُلِّ شَیْءٍ عَلِیمٌ «خـدا هر کس از بنـدگان که بخواهد وسیع روزی و یا تنگ روزی می‌گرداند. همانا او به صلاح حال کلیه خلایق آگاه است.» «۱»

مـا یَفْتَحِ اللَّهُ لِلنَّاسِ مِنْ رَحْمَـةٍ فَلا مُمْسِکَ لَها وَ ما یُمْسِکْ فَلا مُرْسِلَ لَهُ مِنْ بَعْـدِهِ وَ هُوَ الْعَزِیزُ الْحَکِیمُ یا أَیُّهَا النَّاسُ اذْکُرُوا نِعْمَتَ اللَّهِ عَلَیْکُمْ هَـلْ مِنْ خـالِقٍ غَیْرُ اللَّهِ یَرْزُقُکُمْ مِنَ السَّمـاءِ وَ الْأَرْضِ لا إِلهَ إِلَّا هُوَ فَأَنَّى تُؤْفَکُونَ «دری که او از رحمت به روی مردم می‌گشاید هیـچ کس نتوانـد بست و آن را که او بنـدد هیـچ کس جز او نتوانـد رها کند و اوست خدای بی‌همتای با حکمت و اقتدار. ای مردم متذکر شوید که چه نعمتها خدا به شما عطا فرمود آیا جز خدا آفریننده‌ای هست که از آسمان و زمین به شما روزی دهد؟ هرگز جز آن خدای یکتا خدایی نیست پس ای مشرکان چگونه از درگاه حق رو به بتهای باطل می‌آورید.» «۲»

۳- غلبه بر غضب

قرآن ما را به کنترل انفعال خشم سفارش کرده است، زیرا انسان وقتی خشـمگین می‌شود فکرش از کار باز می‌ماند و قدرت صدور احکـام و دسـتورهای صـحیح را از دست می‌دهـد. و نیز در اثنـای خشم- و بطور کلی، همان‌طور که قبلا نیز گفتیم به هنگام ترس و انفعالات دیگر- غـده‌های چربی روی کلیه، هورمون آدرنالین ترشـح می‌کننـد، این هورمون بر کبـد اثر می‌گـذارد و باعث می‌شود کبـد مقـدار زیادی مواد قنـدی ترشـح کند. این عمل باعث افزایش نیروی بدنی انسان می‌شود و او را قادر می‌سازد که برای دفاع از خود، نیروی عضلانی لازم را به کار گیرد و افزایش نیروی بدنی به هنگام انفعال خشم،

---

(۱)- عنکبوت: ۶۲.

(۲)- فاطر: ۲، ۳.

قرآن و روانشناسی، ص: ۱۶۸

باعث آمادگی بیشتر انسان جهت تجاوز فیزیکی به کسی که موجب برانگیختن خشمش شده است، می‌شود. از این رو به چند دلیل، حکومت بر نفس در حالت خشم مفید خواهد بود:

۱- انسان قـدرت خویش را، بر تفکر سالم و صـدور احکام و دسـتورهای صـحیح، حفظ می‌کنـد و کاری انجام نمی‌دهد، یا سـخنی نمی‌گوید که بعدا پشیمان شود.

۲- انسان تعادل جسـمی خود را حفظ می‌کند بنابراین، تشنج جسمی ناشی از افزایش نیرو که آن هم نتیجه افزایش ترشح مواد قندی توسط کبـد است، به او دست نمی‌دهـد و به این ترتیب از دست زدن به اعمال خشونت‌آمیز مانند تجاوز فیزیکی به دشـمن که اغلب در هنگام خشم اتفاق می‌افتد، دوری می‌کند.

۳- در دست داشتن کنترل حالت انفعالی خشم و عدم تجاوز، اعم از جسمی یا لفظی به دیگران و تداوم رفتار نیک و توأم با آرامش نسبت به مردم، قاعـدهٔ باعث ایجاد آرامش در طرف مقابل می‌شود و خود او را نیز وامی‌دارد که به خود بیایـد و آرامش خود را باز یابد و این مسأله بدون شک منجر به جلب دوستی و محبت مردم می‌شود و به طور کلی به حسن روابط انسانی کمک می‌کند.

... ادْفَعْ بِالَّتِی هِیَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِی بَیْنَکَ وَ بَیْنَهُ عَداوَةٌ کَأَنَّهُ وَلِیٌّ حَمِیمٌ «... (ای رسول، تو و امت در امور شخصـی) همیشه بدی خلق را به بهترین عمل (که نیکی است) پاداش ده تا همان کس که گویی با تو بر سر دشمنی است، دوست و خویش تو گردد.» «۱»

۴- کنترل خشم از نظر بهداشتی نیز سودمند است، زیرا این کار همان طور که قبلا اشاره کردیم، انسان را از بسیاری امراض جسمی که معمولا در نتیجه انفعالات شدید به وجود می‌آیند، دور می‌سازد.

---

(۱)- فصلت: ۳۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۶۹

از مطالب فوق این موضوع روشن می‌شود که، چرا خداوند متعال از مردم می‌خواهد بر نیروی خشم خویش حاکم باشند و از تقصیر دیگران درگذرند. خداوند به افرادی که بر خشم خود غالب می‌شوند، وعده ثوابی عظیم داده است.

وَ سارِعُوا إِلى مَغْفِرَةٍ مِنْ رَبِّكُمْ وَ جَنَّةٍ عَرْضُهَا السَّماواتُ وَ الْأَرْضُ أُعِدَّتْ لِلْمُتَّقِينَ الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَ الضَّرَّاءِ وَ الْكاظِمِينَ الْغَيْظَ وَ الْعافِينَ عَنِ النَّاسِ وَ اللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ «بشتابید به سوی مغفرت پروردگار خود و به سوی بهشتی که پهنای آن آسمانها و زمین را فرا گرفته و برای پرهیزکاران مهیاست. آنهایی که از مال خود به فقرا در حال وسعت و تنگدستی انفاق کنند و خشم و غضب فرو نشانند و از بدی مردم در گذرند (چنین مردمی نیکوکارند) و خدا دوستدار نکوکاران است.» «۱»

فَما أُوتِيتُمْ مِنْ شَيْءٍ فَمَتاعُ الْحَياةِ الدُّنْيا وَ ما عِنْدَ اللَّهِ خَيْرٌ وَ أَبْقى لِلَّذِينَ آمَنُوا وَ عَلى رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ وَ الَّذِينَ يَجْتَنِبُونَ كَبائِرَ الْإِثْمِ وَ الْفَواحِشَ وَ إِذا ما غَضِبُوا هُمْ يَغْفِرُونَ « (باز ای مردم دنیا طلب بدانید که) چیزی که از نعمتهای دنیا نصیب شما گردیده متاع (فانی) زندگی دنیاست و آن چه نزد خداست بسیار بهتر و باقی‌تر است اما مخصوص است به آنان که به خدا ایمان آورده‌اند و در امورشان به پروردگار توکل می‌کنند. و آنان که از زشتکاری و گناهان بزرگ می‌پرهیزند و چون بر کسی خشم و غضب کنند بر او می‌بخشند.» «۲»

وَ لَمَنْ صَبَرَ وَ غَفَرَ إِنَّ ذلِكَ لَمِنْ عَزْمِ الْأُمُورِ

---

(۱)- آل عمران: ۱۳۳، ۱۳۴.

(۲)- شوری: ۳۶، ۳۷.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۷۰

«و هر که (بر ظلم کسی) صبر کند و (با قدرت انتقام) ببخشد این مقام حلم و بردباری است که عزم در امور الهی (و تسلّط بر نفس و قوت عقل و اراده) است.» «۱»

وَ جَزاءُ سَيِّئَةٍ سَيِّئَةٌ مِثْلُها فَمَنْ عَفا وَ أَصْلَحَ فَأَجْرُهُ عَلَى اللَّهِ إِنَّهُ لا يُحِبُّ الظَّالِمِينَ «و انتقام بدی مردم به مانند آن بد، رواست (نه بیشتر) و باز اگر کسی عفو کرد و بین خود و خصم اصلاح نمود اجر او بر خداست و خدا ستمکاران را دوست نمی‌دارد.» «۲»

... فَاصْفَحِ الصَّفْحَ الْجَمِيلَ «... اکنون تو ای رسول ما از این منکران، نیکو درگذر (یعنی با خلق خوش آنها را به حق دعوت کن و اگر نپذیرند دلتنگ مباش).» «۳»

... وَ لْيَعْفُوا وَ لْيَصْفَحُوا أَ لا تُحِبُّونَ أَنْ يَغْفِرَ اللَّهُ لَكُمْ وَ اللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ «... باید مؤمنان همیشه بلند همت بوده و با مردم عفو و صفح پیشه کنند و از بدیها درگذرند آیا دوست نمی‌دارید که خدا هم در حق شما مغفرت و احسان فرماید؟ که خدا بسیار آمرزنده و مهربان است.» «۴»

... فَاعْفُ عَنْهُمْ وَ اصْفَحْ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ «... پس تو از آنها درگذر و کار بدشان را عفو کن که همانا خدا نیکوکاران را دوست می‌دارد.» «۵»

---

(۱)- شوری: ۴۳.

(۲)- شوری: ۴۰.

(۳)- حجر: ۸۵.

(۴)- نور: ۲۲.

(۵)- مائده: ۱۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۷۱

دعوت قرآن به فرو خوردن خشم و بخشیدن مردم، در مسلمانان تأثیری بسزا بر جای نهاد و روحیه گذشت و عفو را در میانشان گسترش داد. در اینجا به عنوان نمونه ماجرایی از عمر بن خطاب را نقل می‌کنیم که مردی به او گفت: «تو به عدالت حکم نمی‌کنی و زیاد نمی‌بخشی»، عمر با شنیدن این سخن متغیر شد و این دگرگونی در چهره‌اش کاملا نمایان گردید. یکی از حاضران به او گفت: «ای امیر المؤمنین، مگر سخن خداوند سبحان را نشنیده‌ای که می‌فرماید: «خُذِ الْعَفْوَ وَ أْمُرْ بِالْعُرْفِ وَ أَعْرِضْ عَنِ الْجاهِلِینَ» [طریقه عفو و بخشش پیش گیر و به نیکوکاری امر کن و از مردم نادان روی بگردان. اعراف: ۱۹۹]. عمر گفت: راست گفتی، این بر آشفتگی همچون آتشی بود که اینک خاموش شده است. «۱»

۴- غلبه بر انفعال محبت

قرآن به ما توصیه می‌کند که بر محبت خود نسبت به افراد خانواده، مانند پدر و همسر و فرزند و یا محبت دوستان و اقوام و میهن و مال و دارایی، تسلط و حکومت داشته باشیم تا محبت خدا را از یادمان نبرند و ما را از اطاعت خدا و جهاد در راه او باز ندارند.
یا أَیُّهَا الَّذِینَ آمَنُوا إِنَّ مِنْ أَزْواجِكُمْ وَ أَوْلادِكُمْ عَدُوًّا لَكُمْ فَاحْذَرُوهُمْ وَ إِنْ تَعْفُوا وَ تَصْفَحُوا وَ تَغْفِرُوا فَإِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِیمٌ إِنَّما أَمْوالُكُمْ وَ أَوْلادُكُمْ فِتْنَةٌ وَ اللَّهُ عِنْدَهُ أَجْرٌ عَظِیمٌ «الا ای اهل ایمان (بدانید که) زنان و فرزندان شما هم برخی (که شما را از اطاعت و جهاد و هجرت در دین باز دارند) دشمن شما هستند، از آنان حذر کنید و (دل از محبتشان برکنید) و اگر از (عقاب آنها پس از توبه) آنان عفو و آمرزش و چشم‌پوشی کنید خدا هم (در حق شما) بسیار آمرزنده و مهربان است. به حقیقت اموال و فرزندان شما اسباب فتنه و امتحان شما هستند (چندان به آنها دل

---

(۱)- محمد الصادق عفیفی: الفکر الاسلامی، مبادئه، مناهجه، قیمه، اخلاقیاته، قاهره: مکتبة الخانجی، بدون تاریخ، ص ۲۵۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۷۲

نبندید) و (بدانید که) نزد خدا اجر عظیم خواهد بود.» «۱»
قُلْ إِنْ كانَ آباؤُكُمْ وَ أَبْناؤُكُمْ وَ إِخْوانُكُمْ وَ أَزْواجُكُمْ وَ عَشِیرَتُكُمْ وَ أَمْوالٌ اقْتَرَفْتُمُوها وَ تِجارَةٌ تَخْشَوْنَ كَسادَها وَ مَساكِنُ تَرْضَوْنَها أَحَبَّ إِلَیْكُمْ مِنَ اللَّهِ وَ رَسُولِهِ وَ جِهادٍ فِی سَبِیلِهِ فَتَرَبَّصُوا حَتَّی یَأْتِیَ اللَّهُ بِأَمْرِهِ وَ اللَّهُ لا یَهْدِی الْقَوْمَ الْفاسِقِینَ « (ای رسول ما) بگو امت را که ای مردم اگر شما پدران و پسران و برادران و زنان و خویشاوندان خود را و اموالی را که جمع آورده‌اید و مال التجاره که از کسادی آن بیمناکید و منازل که به آن دل خوش داشته‌اید بیش از خدا و رسول و جهاد در راه او دوست می‌دارید منتظر باشید تا امر نافذ (و قضای حتمی) خدا جاری گردد و خدا فاسقان و بدکاران را هدایت نخواهد کرد.» «۲»
قرآن تأکید می‌کند که محبت مؤمن نسبت به خداوند متعال، بالاتر از محبتش نسبت به مردم، حتی نزدیکترین افراد به او مانند پدر و فرزند و خویشاوندان و دوستان است، و هرگاه حب الهی مؤمن با محبتش نسبت به همگی این افراد در تضاد قرار گیرد، مؤمن بی‌درنگ حب خدا را برخواهد گزید.
لا تَجِدُ قَوْماً یُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَ الْیَوْمِ الْآخِرِ یُوادُّونَ مَنْ حَادَّ اللَّهَ وَ رَسُولَهُ وَ لَوْ كانُوا آباءَهُمْ أَوْ أَبْناءَهُمْ أَوْ إِخْوانَهُمْ أَوْ عَشِیرَتَهُمْ أُولئِكَ كَتَبَ فِی قُلُوبِهِمُ الْإِیمانَ وَ أَیَّدَهُمْ بِرُوحٍ مِنْهُ وَ یُدْخِلُهُمْ جَنَّاتٍ تَجْرِی مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهارُ خالِدِینَ فِیها رَضِیَ اللَّهُ عَنْهُمْ وَ رَضُوا عَنْهُ أُولئِكَ حِزْبُ اللَّهِ

(۱)- تغابن: ۱۴، ۱۵. معنای «إِنَّ مِنْ أَزْواجِكُمْ وَ أَوْلادِكُمْ عَدُوًّا لَكُمْ فَاحْذَرُوهُمْ» این است که شما آنها را دوست می‌دارید و برای برآوردن خواسته‌ها و تمایلاتشان تلاش می‌کنید و این ممکن است شما را از اطاعت خدا باز دارد، بنابراین در رفتارتان با آنها محتاط باشید.

(۲)- توبه: ۲۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۷۳

أَلا إِنَّ حِزْبَ اللَّهِ هُمُ الْمُفْلِحُونَ « (ای رسول) هرگز مردمی را که ایمان به خدا و روز قیامت آورده‌اند چنین نخواهی یافت که دوستی با دشمنان خدا و رسول کنند و هر چند آن دشمنان، پدران یا فرزندان یا برادران یا خویشان آنها باشند این مردم پایدارند که خدا بر دلهاشان نور ایمان نگاشته و به روح قدس الهی آنها را مؤید و منصور گردانیده و در قیامت به بهشتی داخل کند که نهرهای (مصفا) زیر درختانش جاری است و جاودان در آن جا متنعمند و این (بهشت نعیم و بالاتر از آن بهشت رضوان است که) خدا از آنها خشنود و آنها هم از خدا خشنودند اینان به حقیقت حزب خدا هستند، الا (ای اهل ایمان بدانید که) حزب خدا رستگاران عالمند.» «۱»

قرآن در خصوص غلبه انسان بر محبت نسبت به خانواده و ترجیح کفه ترازوی حب خدا بر محبت خانواده، جریان حضرت ابراهیم علیه السّلام و اطرافیان مؤمنش را مثال زده است.

قَدْ كانَتْ لَكُمْ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ فِي إِبْراهِيمَ وَ الَّذِينَ مَعَهُ إِذْ قالُوا لِقَوْمِهِمْ إِنَّا بُرَآؤُا مِنْكُمْ وَ مِمَّا تَعْبُدُونَ مِنْ دُونِ اللَّهِ كَفَرْنا بِكُمْ وَ بَدا بَيْنَنا وَ بَيْنَكُمُ الْعَداوَةُ وَ الْبَغْضاءُ أَبَداً حَتَّى تُؤْمِنُوا بِاللَّهِ وَحْدَهُ ...

«برای شما مؤمنان بسیار پسندیده و نیکوست که به ابراهیم و اصحابش اقتدا کنید که آنها به قوم مشرک خود (صریح) گفتند ما از شما و بتهای شما که به جای خدا می‌پرستید به کلی بیزاریم، ما مخالف و منکر شماییم و همیشه میان ما و شما کینه و دشمنی خواهد بود تا وقتی که تنها به خدای یگانه ایمان آورید ...» «۲»

۵- غلبه بر انفعالهای دیگر

قرآن به ما سفارش کرده است که خودپسند و متکبر نباشیم و ما قبلا، هنگام بحث

(۱)- مجادله: ۲۲.

(۲)- ممتحنه: ۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۷۴

درباره حالت انفعالی کبر و خودپسندی، برخی از آیاتی که ما را از خودپسندی و تکبر و برتری جویی بر مردم منع کرده‌اند، ذکر کردیم.

همچنین قرآن به ما توصیه کرده است که بر هر یک از انفعالهای غم و شادی، مسلط باشیم، ما نباید نسبت به مصائب و حوادث غم انگیزی که در زندگی برای خود ما یا فرزندان و یا متملکات و اموالمان پیش می‌آید، بیش از اندازه اظهار اندوه کنیم، همان طور که نباید در ابراز شادی از نیکی و خیری که به ما می‌رسد و یا موفقیت و برتری و شهرت و مقامی که به دست می‌آوریم، زیاده‌روی کنیم و به خود پسندی و تکبر و فخرفروشی کشانده شویم. زیرا هر اذیت و مصیبت و یا نیکی و خیری که به ما می‌رسد در لوح محفوظ نوشته شده، و پیش از حدوث آن، برای ما در علم خدا ثابت بوده است و اندوه ما هیچ فایده و تأثیری در تغییر حادثه یا

تغییر نتایج آن ندارد، همان‌طور که خوشحالی و افتخار ما نیز خیر و خوبی را افزایش نمی‌دهد و یا آن را از زوال و نابودی حفظ نمی‌کند.

زیرا چیزهایی از این قبیل، تنها در علم خداوند متعال و در گروی مشیت و خواست الهی است.

ما أَصابَ مِنْ مُصِيبَةٍ فِي الْأَرْضِ وَ لا فِي أَنْفُسِكُمْ إِلَّا فِي كِتابٍ مِنْ قَبْلِ أَنْ نَبْرَأَها إِنَّ ذلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ لِكَيْلا تَأْسَوْا عَلى ما فاتَكُمْ وَ لا تَفْرَحُوا بِما آتاكُمْ وَ اللَّهُ لا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتالٍ فَخُورٍ «هر رنج و مصیبتی در زمین (از قحطی و آفت و فقر و ستم) یا از نفس خویش (چون ترس و غم و درد) به شما رسد همه در کتاب (لوح محفوظ ما) پیش از آن که در دنیا ایجاد کنیم ثبت است و خلق آن بر خدا آسان است. (این را بدانید) تا هرگز بر آن چه از دست شما رود دلتنگ نشوید و به آنچه به شما رسد (مغرور و) دلشاد نگردید و خدا دوستدار هیچ متکبر خودستایی نیست.» «۱»

---

(۱)- حدید: ۲۲، ۲۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۷۵

بطور کلی خداوند سبحان، ما را به کنترل حالات انفعالی خود و حکومت و تسلط بر آنها سفارش می‌کند. ایمان راستین به خدا و پیروی از سنت او که در قرآن ترسیم فرموده و پیامبر اکرم صلّی اللّه علیه و آله آن را بر ایمان بیان کرده است، آن چنان اراده و عزم نیرومندی به ما می‌دهد که، بتوانیم بر انفعالات خود حکومت و سیطره داشته باشیم. اصولا مؤمن واقعی، بجز خدا از هیچ موجود دیگری از قبیل مرگ، فقر، مردم و یا هر چیز دیگری در جهان هستی، نمی‌هراسد. او خشمش را فرو می‌برد و برای مسائل ناچیزی برافروخته و خشمگین نمی‌شود. غضب او در راستای خشم خداست. مؤمن، بر اندوهش نیز مسلط است زیرا می‌داند هیچ‌گاه مصیبتی به او نمی‌رسد مگر آنچه را که خدا برایش مقرر فرموده است. او متواضع و فروتن است زیرا میزان ارزش واقعی خود را می‌داند و به همین دلیل به خود نمی‌بالد و افتخار و تکبر نمی‌ورزد.

در قرآن آیات بسیاری آمده است که، روشن می‌کند ایمان به خدا همچون سپری در مقابل ترس است و بیماری ترس را درمان می‌کند. ما در فصل دهم که به بحث «روان درمانی از نظر قرآن» اختصاص دارد، به این مسأله باز خواهیم گشت و آن را مورد بحث قرار خواهیم داد.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۷۷

فصل سوم ادراک حسّی در قرآن

اشاره

خداوند متعال اراده کرده است که کلیه امکانات و وسایل ضروری زندگی و بقا را در اختیار انسان و حیوان قرار دهد، از این رو علاوه بر انگیزه‌ها و انفعالها، آنها را به وسایلی مجهز کرد که با آن، جهان خارج و حوادث و وقایع اطراف و همچنین جهان درونی خود و تغییرات حاصل در آن را ادراک کنند. ادراک حسی وظیفه مهمی در زندگی انجام می‌دهد، زیرا موجود زنده توسط آن، چیزهایی را که مایه آزارش هستند می‌شناسد و از آنها دوری می‌کند و برای دستیابی به آنچه سودمند تشخیص می‌دهد تلاش می‌نماید.

ما جهان خارج را با حواس ظاهری که عبارتند از شنوایی، بینایی، بویایی، چشایی و بساوایی، درک می‌کنیم و از طریق احساس درونی اختلالهایی را که در توازن عضوی و شیمیایی بدن رخ می‌دهد، مانند گرسنگی و تشنگی در می‌یابیم. این ادراکها باعث

می‌شود که ما رفتاری متناسب با شرایط جهان خارج از خود، و یا برای جلوگیری از نقص در بافتهای بدن و بازگرداندن آنها به حالت توازن عضوی و شیمیایی سابق، در پیش بگیریم.

ادراك حسی در حیوان و انسان مشترك است، اما خداوند متعال یک نیروی ادراکی مهم دیگری به انسان اختصاص داده است که به واسطه آن از سایر حیوانها متمایز می‌شود، این نیرو همان عقل است که انسان به وسیله آن می‌تواند از حد ادراك اشیای محسوس فراتر رود و در مفاهیم مجرد مانند خیر و شرّ و فضیلت و رذیلت و حق و باطل تفکر کند و از مشاهدات و تجربه‌های خود برای اثبات اصولی کلی، استدلال کند. مثلا

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۷۸

انسان به کمك عقل می‌تواند از آفرینش شگفت‌انگیز تمام هستی و یا آفرینش شخص خود، بر وجود آفریدگار متعال و قدرتش استدلال کند.

سَنُرِيهِمْ آياتِنا فِي الْآفاقِ وَ فِي أَنْفُسِهِمْ حَتَّى يَتَبَيَّنَ لَهُمْ أَنَّهُ الْحَقُّ ...

«ما آیات قدرت و حکمت خود را در آفاق جهان و نفوس بندگان کاملا هویدا و روشن می‌گردانیم تا (در خلقت آفاق و انفس نظر کنند و خداشناس شوند و) ظاهر و آشکار شود که (خدا و آیات حکمت و قیامت و رسالتش همه) بر حق است ...» «۱»

اما با این همه، قدرت عقل انسان در زمینه ادراك و شناخت، محدود است و از سوی دیگر اندیشه او همواره در معرض اشتباه قرار دارد، زیرا گاهی شرایط ویژه‌ای پیش می‌آید که انسان را از تفکر درست باز می‌دارد. در این حالت نیازمند است که کسی او را بیاموزد و ارشاد و راهنمایی کند. از این رو خداوند متعال، رسولان و پیامبران را به سوی مردم فرستاد و کتابهای مقدس آسمانی را نازل فرمود تا آنها را به آنچه خیر و مصلحتشان در آن است، راهنمایی کنند.

وَ لَقَدْ بَعَثْنا فِي كُلِّ أُمَّةٍ رَسُولًا أَنِ اعْبُدُوا اللَّهَ وَ اجْتَنِبُوا الطَّاغُوتَ ...

«و همانا ما در میان هر امتی پیغمبری فرستادیم تا به خلق ابلاغ کند که خدای یکتا را پرستید و از بتها و فرعونها دوری کنید ...» «۲»

إِنَّا أَرْسَلْناكَ بِالْحَقِّ بَشِيراً وَ نَذِيراً وَ إِنْ مِنْ أُمَّةٍ إِلَّا خَلا فِيها نَذِيرٌ «ما تو را بحق و راستی به سوی مردم فرستادیم تا (خوبان را به بهشت ابد)

---

(۱)- فصلت: ۵۳.

(۲)- نحل: ۳۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۷۹

بشارت دهی و (بدان را از قاهر حق) بترسانی و هیچ امتی نبوده جز آن که در میانشان ترساننده و راهنمایی بوده است.» «۱»

كَما أَرْسَلْنا فِيكُمْ رَسُولًا مِنْكُمْ يَتْلُوا عَلَيْكُمْ آياتِنا وَ يُزَكِّيكُمْ وَ يُعَلِّمُكُمُ الْكِتابَ وَ الْحِكْمَةَ وَ يُعَلِّمُكُمْ ما لَمْ تَكُونُوا تَعْلَمُونَ «چنان که رسول گرامی خود را فرستادیم که آیات ما را برای شما تلاوت کند و نفوس شما را از پلیدی و آلودگی جهل و شرك پاك و منزه گرداند و به شما تعلیم شریعت و حکمت دهد و از او هر چه را نمی‌دانید بیاموزید.» «۲»

بنابراین، حواس پنجگانه و عقل وسایلی هستند که انسان در زمینه ادراك و شناخت، از آنها کمك می‌گیرد، ولی در بسیاری از مسائل برای رسیدن به شناخت واقعی، به تنهایی کافی نیستند. مثلا آنها به شناخت مسائل غیبی که انسان با حس و عقل نمی‌تواند درك کند، قادر نمی‌باشند. به همین دلیل، ضرورت دارد که انسان، شناخت را از خداوند دریافت کند تا زندگی زمینی خود را آن چنان تنظیم نماید که تضمین کننده تحقق خوشبختی دنیا و آخرتش باشد. و انسان این شناخت الهی را از طریق رسولان و پیامبران و یا به واسطه الهام و افاضه ربانی که خداوند به بعضی از اولیایش اختصاص داده است، به دست می‌آورد.

ما در این فصل سعی خواهیم کرد که موضوع «ادراک حسی در قرآن» را مورد بحث قرار دهیم، و سخن درباره تفکر و شناخت ربّانی را که انسان از طریق وحی و الهام از خداوند دریافت می‌کند، به فصلهای آینده موکول می‌کنیم.

الف- حواس در قرآن

اشاره

کودک در هنگام تولد هیچ چیز نمی‌داند اما، دیری نمی‌پاید که حواسش شروع به

---

(۱)- فاطر: ۲۴.

(۲)- بقره: ۱۵۱.

انجام وظیفه می‌کنند، چون کودک از عوامل تأثیر گذارنده خارجی که بر او وارد می‌شوند، تأثیر می‌پذیرد. این عوامل در وی احساسات مختلفی ایجاد می‌کند که بعدها اساس و پایه ادراک و شناختش از جهان خارج را تشکیل می‌دهد. قرآن کریم در بسیاری از آیات به این حقیقت اشاره کرده است که، ما به عنوان نمونه آیات زیر را ذکر می‌کنیم.

وَ اللَّهُ أَخْرَجَكُمْ مِنْ بُطُونِ أُمَّهاتِكُمْ لا تَعْلَمُونَ شَيْئاً وَ جَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَ الْأَبْصارَ وَ الْأَفْئِدَةَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ «و خدا شما را از شکم مادران بیرون آورد در حالی که هیچ نمی‌دانستید و به شما چشم و گوش و قلب عطا کرد تا مگر شکر (این نعمتها) به جای آرید.» «۱»

وَ هُوَ الَّذِي أَنْشَأَ لَكُمُ السَّمْعَ وَ الْأَبْصارَ وَ الْأَفْئِدَةَ قَلِيلًا ما تَشْكُرُونَ «و اوست خدایی که برای شما بندگان گوش و چشم و قلب آفرید (ولی) عده بسیار کمی، از شما شکر او به جای می‌آورید.» «۲»

قُلْ هُوَ الَّذِي أَنْشَأَكُمْ وَ جَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَ الْأَبْصارَ وَ الْأَفْئِدَةَ قَلِيلًا ما تَشْكُرُونَ «ای رسول ما بگو اوست خدایی که شما را از نیستی به هستی آورد و گوش و چشم (شنوا و بینا) و دل (هوشیار) به شما عطا کرد (تا شکر نعمتش گویید) و حال آن که بسیار کم از او شکرگذاری می‌کنید.» «۳»

ثُمَّ سَوَّاهُ وَ نَفَخَ فِيهِ مِنْ رُوحِهِ وَ جَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَ الْأَبْصارَ وَ الْأَفْئِدَةَ قَلِيلًا ما تَشْكُرُونَ

---

(۱)- نحل: ۷۸.

(۲)- مؤمنون: ۷۸.

(۳)- ملک: ۲۳.

«سپس (آن نطفه بی‌جان) را نیکو بیاراست و از روح خود در آن بدمید و شما را دارای گوش و چشم و قلب با حس و هوشی گردانید (با وجود این همه احسان) باز بسیار اندک شکر می‌کنید.» «۱»

قرآن، به ذکر گوش و چشم به عنوان دو ابزار از ابزارهای احساس، اکتفا کرده است زیرا، اولا این دو حس اهمیت زیادی در جریان کار ادراک حسی دارند و ثانیا در ذکر این دو، مسائلی وجود دارد که برای نشان دادن اهمیت همه حواس در کار ادراک حسی کافی می‌باشد و این از ویژگیهای روش قرآن است و مشخصه‌اش نوعی ایجاز بلیغ است که ضمن آن، قرآن با اشاره و تلمیح به

حقایق کلی اساسی، اکتفا می‌کند و از ذکر جزئیات چشم می‌پوشد. چون قرآن یک کتاب علمی نیست بلکه، کتابی برای هدایت مردم است، از این رو برای این که ثابت شود خداوند با اعطای ابزارهای ادراک حسی به انسان، به او انعام فرموده است، در این جا کافی است تنها به گوش و چشم اشاره کند.

در بسیاری از آیات قرآن، گوش پیش از چشم، ذکر شده است و این ظاهرا دلایلی دارد:

۱- گوش در کار ادراک حسی و امر یادگیری و تحصیل علوم از چشم مهمتر است زیرا، یادگیری زبان و تحصیل علوم در صورت از دست دادن بینایی برای انسان، امکان پذیر است ولی، اگر شنوایی را از دست بدهد یادگیری زبان و تحصیل دانش برایش امری مشکل خواهد بود. یکی از دلایلی که نشان دهنده اهمیّت تأثیر گوش در ادراک و آموزش زبان- که زبان هم یکی از مهمترین ابزارهای تفکر و فراگیری دانش است- می‌باشد این است که قرآن آن را به تنهایی در کنار عقل ذکر کرده است، تا بفهماند میان گوش و عقل رابطه محکمی وجود دارد.

وَ قالُوا لَوْ کُنَّا نَسْمَعُ أَوْ نَعْقِلُ ما کُنَّا فِی أَصْحابِ السَّعِیرِ

---

(۱)- سجده: ۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۸۲

«و آنگاه (اهل دوزخ با تأسف و حیرت با هم) گویند که اگر ما (در دنیا) سخن انبیا را می‌شنیدیم یا به دستور عقل رفتار می‌کردیم امروز از دوزخیان نبودیم.» «۱»

همچنین در بسیاری از آیات قرآن «سمع» (شنیدن) به معنای فهم و تدبّر و تعقّل به کار رفته است.

رَبَّنا إِنَّنا سَمِعْنا مُنادِیاً یُنادِی لِلْإِیمانِ أَنْ آمِنُوا بِرَبِّکُمْ فَآمَنَّا «پروردگارا ما چون صدای منادیی که خلق را به ایمان می‌خواند شنیدیم، اجابت کردیم و ایمان آوردیم ...» «۲»

إِنَّما کانَ قَوْلَ الْمُؤْمِنِینَ إِذا دُعُوا إِلَی اللَّهِ وَ رَسُولِهِ لِیَحْکُمَ بَیْنَهُمْ أَنْ یَقُولُوا سَمِعْنا وَ أَطَعْنا وَ أُولئِکَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ «آن مؤمنانند که چون به سوی حکم خدا و رسولشان بخوانند تا خدا میان آنها حکم کند (از دل و جان) خواهند گفت که حکم خدا را (هر چند بر ضرر ما باشد) شنیده و اطاعت می‌کنیم و رستگاران عالم به حقیقت آنها هستند.» «۳»

وَ أَنَّا لَمَّا سَمِعْنَا الْهُدی آمَنَّا بِهِ ...

«و ما چون (ندای) هدایت را شنیدیم (به آیات قرآن گوش فرا دادیم) به آن ایمان آوردیم ...» «۴»

---

(۱)- ملک: ۱۰.

(۲)- آل عمران: ۱۹۳.

(۳)- نور: ۵۱.

(۴)- جن: ۱۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۸۳

وَ إِذا سَمِعُوا ما أُنْزِلَ إِلَی الرَّسُولِ تَری أَعْیُنَهُمْ تَفِیضُ مِنَ الدَّمْعِ مِمَّا عَرَفُوا مِنَ الْحَقِّ یَقُولُونَ رَبَّنا آمَنَّا فَاکْتُبْنا مَعَ الشَّاهِدِینَ «و چون آیاتی را که به رسول فرستاده شد بشنوند اشک از دیده آنها جاری می‌شود زیرا حقانیت آن را شناخته و گویند بار الها ما (به رسول تو محمد صلّی اللّه علیه و آله و کتاب آسمانی او قرآن) ایمان آوردیم، ما را در زمره گواهان صدّیق او بنویس.» «۱»

... وَ نَطْبَعُ عَلی قُلُوبِهِمْ فَهُمْ لا یَسْمَعُونَ «... و بر دلهایشان مهر می‌نهیم (که فهم حقایق نکنند) و به گوش دل چیزی (از آیات خدا)

نشنوند (و از آن پند نگیرند).» «۲»

۲- حس شنوایی مستقیما و بلافاصله پس از تولد به کار می‌افتد زیرا، نوزاد به محض تولد می‌تواند صداها را بشنود، در حالی که برای دیدن اشیا به طور واضح نیاز به مدتی زمان دارد. «۳»

۳- حس شنوایی وظیفه خود را همیشه و بدون توقف انجام می‌دهد، در حالی که حس باصره گاهی از انجام وظیفه باز می‌ایستد مثل وقتی که انسان چشمش را می‌بندد و یا می‌خوابد. اما یک صدای شدید می‌تواند انسان را از خواب بیدار کند. به همین دلیل خداوند متعال، در داستان اصحاب کهف ذکر کرده است که بر گوشهای آنان مهر زده شد تا در خواب عمیق فرو روند و هیچ صدایی نتواند بیدارشان کند.

---

(۱)- مائده: ۸۳.

(۲)- اعراف: ۱۰۰.

(۳)- تحقیقات جدید فیزیولوژیک ثابت کرده است که کودک نوزاد در برابر صداهای بلند عکس العمل نشان می‌دهد، ولی در مقابل صداهای کوتاه و ضعیف بی‌تفاوت است. این تحقیقات همچنین روشن کرده است که تا ماه ششم ولادت شکل اشیا در چشم کودک نوزاد به صورت واضح ظاهر نمی‌شود، زیرا رشد ساختمان شبکیه چشم، تنها در پایان شش ماهه اول تولد کامل می‌شود. ما در آینده به هنگام بحث درباره «رشد در قرآن» در فصل نهم که به بحث «شخصیت» اختصاص دارد، در خصوص این مسأله سخن خواهیم گفت.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۸۴

فَضَرَبْنا عَلَی آذانِهِمْ فِی الْكَهْفِ سِنِینَ عَدَداً «پس ما (در آن غار) بر گوش (و هوش) آنها تا چند سالی پرده بیهوشی زدیم.» «۱»

۴- حس شنوایی (گوش) همه وقت و همه جا چه در روشنایی و چه در تاریکی می‌شنود اما حس بینایی (چشم) تنها در روشنایی می‌بیند. «۲»

در این جا ذکر یک نکته بی‌مناسبت نیست و آن این که، قرآن گوش را به صورت مفرد ذکر می‌کند ولی، چشم (بصر) را در اکثر آیات به صورت صیغه جمع (ابصار) می‌آورد این خود یکی از نشانه‌های اعجاز در روش قرآن است، به این دلیل که حس سامعه صداهایی را که از تمام جهات می‌رسد، دریافت می‌کند در حالی که چشم، فقط وقتی می‌تواند ببیند که انسان خواسته باشد چشم را به طرف چیزی که می‌خواهد به آن بنگرد، برگرداند. «۳» و اگر در مکانی، افرادی جمع باشند و صدایی به وجود آید، همگی تقریبا همان صدا را به طور یکسان می‌شنوند در صورتی که، همین عده یک چیز را از زوایای مختلف می‌بینند. و به همین دلیل، دیدشان نسبت به آن (شیء) کاملا یکسان و شبیه هم نخواهد بود، کما این که ممکن است آنها در همان لحظه به تبع سمتی که به آن می‌نگرند، اشیای مختلف دیگر را نیز ببینند علاوه بر این، هرگاه صدایی که مستقیما از جایی به سمت ما می‌آید، امواج صوتی آن در یک زمان به هر دو گوش می‌رسد و شدت تأثیرش بر پرده هر دو گوش یکسان است. اما اگر به چیزی که در برابر ما قرار دارد، بنگریم صورتی که از آن بر شبکیه چشم راست نقش می‌بندد با شکل همان چیزی که در شبکیه چشم چپ نقش می‌بندد فرق دارد، چون چشم راست، اشیاء را از طرف راستشان می‌بیند در حالی که چشم چپ، آنها را از طرف چپشان می‌نگرد. «۴»

---

(۱)- کهف: ۱۱.

(۲)- محمد متولی الشعراوی: معجزة القرآن، ج ۱، قاهره: کتاب الیوم، ۱۹۸۰، ص ۹۵- ۹۸.

(۳)- محمد اسماعیل ابراهیم: القرآن و اعجازه العلمی. قاهره: دار الفکر العربی، ۱۹۷۷، ص ۱۰۹- ۱۱۱، محمد متولی الشعراوی:

معجزة القرآن، ص ۹۵– ۹۸.

(۴)– محمد عثمان نجاتی: علم النفس فی حیاتنا الیومیهٔ، ۳۰۰– ۳۰۲. شما هرگاه به چیزی که در برابرتان قرار دارد مستقیما نگاه کنید می‌توانید تفاوت میان «دید» دو چشمتان را ملاحظه کنید. ابتدا دستتان را بر روی

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۸۵

حواس پوستی

تحقیقات جدید فیزیولوژیک ثابت کرده است که در پوست انسان، سلولهای حسی زیادی به اشکال گوناگون وجود دارد که هر دسته از آنها مخصوص انواع مشخصی از احساسها هستند. مثلا برخی از آنها گرما و بعضی سرما را حس می‌کنند، بخشی از آنها مخصوص لمس اشیاء و احساس فشار وارد بر پوست هستند و بعضی هم درد را حس می‌کنند.

قرآن در آیه زیر به وجود اعضای حسی که مخصوص احساس درد در پوست بدن هستند، چنین اشاره می‌کند:

إِنَّ الَّذِينَ كَفَرُوا بِآياتِنا سَوْفَ نُصْلِيهِمْ ناراً كُلَّما نَضِجَتْ جُلُودُهُمْ بَدَّلْناهُمْ جُلُوداً غَيْرَها لِيَذُوقُوا الْعَذابَ إِنَّ اللَّهَ كانَ عَزِيزاً حَكِيماً «آنان که به آیات ما کافر شدند بزودی به آتش دوزخشان در افکنیم که هر چه پوست تن آنها بسوزد به پوست دیگر مبدّلش سازیم تا سختی عذاب را بچشند که همانا خدا مقتدر و کارش از روی حکمت است.» «۱»

این آیه، همان‌طور که بررسیهای جدید فیزیولوژیک نیز ثابت کرده است، به وجود سلولهای حسی در پوست که مخصوص احساس درد هستند، اشاره می‌کند و اگر پوست

چشم راست و سپس چشم چپ بگذارید؛ در این صورت ملاحظه خواهید کرد که شیء پیش روی شما به طرف راست و چپ حرکت می‌کند. چون وقتی دستتان را بر روی چشم راستتان می‌گذارید، تنها سمت چپ آن شیء را می‌بینید و بعد وقتی دستتان را بر روی چشم چپ می‌نهید، سمت چپ آن شیء پنهان می‌شود و شما سمت راست آن را می‌بینید. از این رو به نظر می‌رسد که آن شیء به طرف چپ و راست حرکت می‌کند. اما صدایی که مستقیما از روبروی شما می‌آید، همزمان بطور برابر بر هر دو گوشتان تأثیر می‌گذارد. البته اگر صدا از سمت راست یا چپ شما بیاید، امواج صوتی به گوشی که در ناحیه منبع صدا قرار دارد زودتر از گوش دیگر می‌رسد اما این تفاوت زمانی، بسیار اندک و غیرقابل ملاحظه است.

(۱)– نساء: ۵۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۸۶

بدن بسوزد و این سلولها از بین بروند دیگر انسان احساس درد نمی‌کند، به همین دلیل خداوندا سلولهای حسی جدیدی در پوست سوخته شده کافران می‌آفریند تا همواره در آتش جهنم احساس درد کنند.

قرآن به حس لامسه نیز به عنوان ابزاری که انسان برای احساس و شناخت اشیا، از آن کمک می‌گیرد، اشاره کرده است.

وَ لَوْ نَزَّلْنا عَلَيْكَ كِتاباً فِي قِرْطاسٍ فَلَمَسُوهُ بِأَيْدِيهِمْ لَقالَ الَّذِينَ كَفَرُوا إِنْ هذا إِلَّا سِحْرٌ مُبِينٌ «و اگر ما کتابی بر تو فرستیم در کاغذی که آن را به دست خود لمس کنند (چنان که در خود آنهاست) باز کافران گویند که این نیست مگر سحری آشکار.» «۱»

ب– ادراک حسی خارج از چارچوب حواس (ادراک فوق حسّی)

نوع دیگری از ادراک حسی غیر معمولی نیز وجود دارد که روان شناسان آن را «ادراک فوق حسی» «۲» نامیده‌اند مانند «کشف و شهود» که عبارت است از دیدن اشیا یا حوادث دوری که خارج از محدوده حس باصره قرار دارند و تله‌پاتی که عبارت است از

درک کردن افکار ذهنی فرد دیگری که اغلب در مکانی دور می‌باشد و یا احساس شنوایی، که عبارت است از شنیدن صدا، یا سخنی از مکانی دور که خارج از محدوده حس سامعه است. برخی از روان شناسان معاصر، به بررسی این پدیده‌ها همت گماشته آزمایشهای فراوانی روی آنها انجام داده‌اند اما، به نتایجی که آن قدر دقیق و استوار باشد که بتواند در فهم بدون ابهام آنها، به ما کمک کند، نرسیده‌اند.

این نوع ادراک فوق حسی را همه مردم ندارند و تنها برای بعضی افراد که از استعداد

---

(۱)- انعام: ۷.

(۲)-Extrasensory Perception

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۸۷

ویژه‌ای برخوردار هستند، امکانپذیر است. این استعداد، عبارت از نوعی شفافیّت و صفای روحی است و به نیروی ادراک خارق العاده‌ای بستگی دارد که انسان می‌تواند از مرزهای مکان فراتر رود و اشیا و حوادث دور از خود و یا حوادثی را که به علت وجود موانع، از او پوشیده است، درک کند. قرآن برای این نوع ادراک حسّی غیر طبیعی، ماجرای حضرت یعقوب علیه السّلام را به عنوان مثال ذکر کرده است. آن حضرت، بوی فرزندش یوسف علیه السّلام را هنگامی که کاروان حامل پیراهن یوسف از سرزمین مصر به راه افتاده بود و چند روز راه از محل اقامتش فاصله داشت، استشمام کرد.

وَ لَمَّا فَصَلَتِ الْعِيرُ قالَ أَبُوهُمْ إِنِّي لَأَجِدُ رِيحَ يُوسُفَ لَوْ لا أَنْ تُفَنِّدُونِ «و چون کاروان از مصر بیرون آمد، یعقوب گفت اگر مرا تخطئه نکنید، من بوی یوسف را می‌شنوم.» «۱»

استشمام بوی یوسف علیه السّلام توسط یعقوب علیه السّلام، از چنین مسافت دوری به طور آشکار به پدیده ادراک حسّی خارج از چارچوب حواس، اشاره دارد.

یکی از معجزات حضرت عیسی علیه السّلام که قرآن از آن خبر داده است، این بود که آن حضرت به مردم می‌گفت که در خانه‌هایشان چه نوع غذایی می‌خورند و چه چیزهایی ذخیره می‌کنند:

... وَ أُنَبِّئُكُمْ بِما تَأْكُلُونَ وَ ما تَدَّخِرُونَ فِي بُيُوتِكُمْ ...

«... و به شما از غیب خبر دهم که در خانه‌هاتان چه می‌خورید و چه ذخیره می‌کنید ...» «۲»

---

(۱)- یوسف: ۹۴.

(۲)- آل عمران: ۴۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۸۸

احتمال دارد این معجزه نوعی کشف و شهود باشد که خداوند به پیامبرش عیسی علیه السّلام اختصاص داده و به او قدرت ادراک چیزهای ندیدنی و خارج از محدوده حس باصره را، عطا کرده بود. البته احتمال نیز دارد که این مسأله نوعی الهام الهی باشد.

در کتب حدیث و تاریخ زندگی صحابه پیامبر صلّی اللّه علیه و آله و همچنین تاریخ تصوّف، نمونه‌هایی از ادراک حسّی خارج از محدوده حواس، که صوفیان آن را «مکاشفه» می‌نامند، یافت می‌شود. «مسلم» از پیامبر اکرم صلّی اللّه علیه و آله روایت می‌کند که فرمود:

«رکوع و سجود را به طور کامل انجام دهید، سوگند به خدا، هنگامی که به رکوع و سجود می‌روید من شما را از پشت سرم می‌بینم». «۱» «بخاری» نیز روایت می‌کند که پیامبر اکرم صلّی اللّه علیه و آله فرمود:

«آیا می‌بینیـد که من در این جا چگونه رو به قبله ایسـتاده‌ام (شـما هم، چنین کنید) چون، سوگند به خدا که نه خشوع و حضور قلب شما، و نه رکوع شما در نماز بر من مخفی نمی‌ماند، زیرا من از پشت سرم شما را می‌بینم». «۲»

این که پیامبر اکرم صـلّی اللّه علیه و آله صـحابه را از پشت سـرش در حال رکوع و سـجود می‌بینـد، خود نمونه‌ای از حالت کشف و شهود است، زیرا پیامبر صـلّی اللّه علیه و آله به سـبب صـفای قلب و شفافیّت روح خود می‌توانست چیزهایی را که در محدوده حس باصره نیستند، مشاهده کند. در حدیث آمده است که:

روزی رسول اکرم صـلّی اللّه علیه و آله بـا تعـدادی از اصـحاب از کنـار دو قبر در قبرسـتان بقیع عبور کرد که بتازگی دو نفر در آن دفن شده بودند. آن حضرت ایستاد و فرمود:

«امروز چه کسانی را در این جا دفن کردیـد؟» عرض کردنـد: «فلانی و فلانی را» و بعـد گفتنـد: «یا رسول اللّه منظورتان از این سؤال چیست؟» پیامبر صلّی اللّه علیه و آله فرمود:

«یکی از آن دو، کسی بود که خود را از بول پاک نمی‌کرد، و دیگری در میان مردم سخن چینی می‌کرد» آن‌گاه شاخه‌ای از درخت خرما برگرفت و آن را دو نیمه کرد و هر

---

(۱)- کتاب الصلاهٔ، جلد چهارم، ص ۱۵۰. صحیح مسلم با شرح نووی، قاهره، المطبعهٔ المصریهٔ و مکتبتها، بدون تاریخ.

(۲)- کتاب الصلاهٔ، حدیث شماره ۴۱۸. فتح الباری بشرح صحیح البخاری، جلد ۳، ص ۷۴. قاهره، مکتبهٔ الکلیات الازهریهٔ، ۱۹۷۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۸۹

نیمه را بر یکی از آن قبرهـا نهـاد. عرض کردنـد: «ای پیامبر خـدا، چرا این کار را کردی؟» فرمود: «تا عـذابشان تخفیف یابـد» عرض کردنـد: «یا رسول اللّه، آنها تا کی معـذّب خواهنـد بود؟» فرمود: «این یک مسأله غیبی است که تنها خـدا می‌داند و اگر هوا و هوس دل شما، و پرحرفی در سخن گفتنتان نبود، شما هم آنچه را که من می‌شنوم، می‌شنیدید». «۱»

همین جمله آخر نشان می‌دهد که پیامبر صـلّی اللّه علیه و آله چیزهایی را شنید که صحابه اطراف او نتوانستند، بشنوند و این موضوع دلیـل بر این است که امکـان دارد، اگر انسـان دلش را از اشـتغالها و آلودگیهـای دنیـا صـاف کنـد و از بیهوده گوییهـا امتنـاع ورزد، نیرویی کسب کند که نشنیده‌ها را بشنود. و نیز در حدیثی دیگر آمده است که حنظلهٔ بن الربیع الاسیدی، یکی از کاتبان پیامبر صلّی اللّه علیه و آله به آن حضـرت عرض کرد: «ما وقتی در حضور تو هستیم طوری ما را به یاد دوزخ و بهشت می‌اندازی که گویا آن را می‌بینیم، اما وقتی از حضورت خارج می‌شویم فکر زن و فرزنـد و مال دنیا ما را مشـغول می‌سازد و بسیاری از آن مسائل را فراموش می‌کنیم». پیامبر صلّی اللّه علیه و آله فرمود:

«سوگنـد به آن کس که جـانم در قبضه قـدرت اوست، اگر به همان حالت که در نزد من هستیـد و همچنین در حال ذکر و یاد خـدا زندگیتان را ادامه دهید، فرشـتگان حتی در بستر و سـر راهتان به دیدار شـما خواهند آمد. اما ای حنظله، انسان ساعت بساعت سه بار تغییر می‌کند». مسلم و ترمذی این روایت را در باب «رقائق» نقل کرده‌اند. «۲»

این حدیث دلالت می‌کند که اگر صـحابه، همان حالت صـفای قلب و شـفافیّت روح و یاد خدا، یعنی همان روشی را که در حضور پیامبر داشتند ادامه می‌دادند، امکان داشت فرشتگان را ببینند.

ج- خطای چشم

خطـای چشم نوعی ادراک غلط بینـایی است که با حقیقت شـیء دیـده شـده، مطابقت نـدارد. برخی از انواع خطاهای چشـمی، بین عموم مردم وجود دارد و همه، آنها را با

(۱)- به نقل از: سعید حوی، تربیتنا الروحیهٔ، چاپ دوم، قاهره: مکتبهٔ وهبهٔ، ۱۹۷۹، ص ۱۵۱.

(۲)- تربیتنا الروحیهٔ، ص ۱۵۱.

روشی مشابه درک می کنند. «۱» یکی از نمونه‌های این گونه خطاها، دیدن سراب است که گاهی برای مردم پیش می‌آید یعنی، از دور سرابی می‌بینند و گمان می کنند آب است.

قرآن سراب را ذکر کرده است، آن جا که با بلاغت کامل، بیهودگی کارهای خوب کفار را به تصویر می کشد و متذکر می‌شود که این اعمال در روز قیامت همچون غباری پراکنده در هوا بی‌ثمر است، درست مانند سرابی که انسان تشنه، گمان می‌برد آب است اما، وقتی به آن می‌رسد، اثری از آب نمی‌بیند.

وَ الَّذِینَ کَفَرُوا أَعْمالُهُمْ کَسَرابٍ بِقِیعَهٍٔ یَحْسَبُهُ الظَّمْآنُ ماءً حَتَّی إِذا جاءَهُ لَمْ یَجِدْهُ شَیْئاً وَ وَجَدَ اللَّهَ عِنْدَهُ فَوَفَّاهُ حِسابَهُ، وَ اللَّهُ سَرِیعُ الْحِسابِ «و آنان که کافرند اعمالشان در مثل به سرابی ماند در بیابان هموار بی‌آب، که شخص تشنه آن را آب پندارد و به جانب آن شتابد اما، وقتی بدان جا رسد، هیچ آب نیابد و آن کافر خدا را حاضر و ناظر اعمال خویش بیند که به حساب کارش تمام و کامل برسد و (کیفر کفرش بدهد).» «۲»

د- تأثیر انگیزه‌ها و ارزشها در توجه و ادراک حسی

انگیزه‌ها و ارزشهای فرد در آگاهی و ادراکش تأثیر می گذارد. نتیجه بسیاری از بررسیهای تجربی جدید، این موضوع را به اثبات رسانیده «۳» و قرآن در مواردی به این حقیقت اشاره کرده است؛ آن جا که یادآوری می کند که چگونه ایمان باعث می‌شود مؤمنان در حالت آمادگی و توجه، به آیات قرآن که از طرف خدا نازل می‌شوند، گوش فرا دهند و آنها را آگاهانه درک کنند و به طور دقیق بفهمند. در حالی که، همین آیات در مشرکان چنین تأثیری ندارد و آنها از گوش فرادادن و ادراک و فهم آنها غافلند. ما ذیلا

(۱)- محمد عثمان نجاتی: علم النفس فی حیاتنا الیومیهٔ، ص ۲۸۶، ۲۸۷.

(۲)- نور: ۳۹.

(۳)- محمد عثمان نجاتی: علم النفس فی حیاتنا الیومیهٔ، ۲۸۹- ۲۹۳.

نمونه‌هایی از آیات قرآنی را که توصیف کننده غفلت مشرکان از ادراک است، متذکر می‌شویم. در این آیات، شرک و نداشتن ایمان به خدا دلیل این غفلت ذکر شده است که مایه باز ماندن حواس مشرکان، از انجام وظیفه می‌باشد.

وَ لَقَدْ ذَرَأْنا لِجَهَنَّمَ کَثِیراً مِنَ الْجِنِّ وَ الْإِنْسِ لَهُمْ قُلُوبٌ لا یَفْقَهُونَ بِها وَ لَهُمْ أَعْیُنٌ لا یُبْصِرُونَ بِها وَ لَهُمْ آذانٌ لا یَسْمَعُونَ بِها أُولئِکَ کَالْأَنْعامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ أُولئِکَ هُمُ الْغافِلُونَ «و محققا بسیاری از جن و انس را برای جهنم واگذاردیم، چه آن که آنها را دلهایی است بی‌ادراک و معرفت و دیده‌هایی است بی‌نور بصیرت و گوشهایی است ناشنوای حقیقت آنها مانند چهارپایانند بلکه بسی گمراهترند زیرا قوه ادراک مصلحت و مفسده داشتند و باز عمل نکردند آنها همان مردمی هستند که (از خدا و قیامت و عاقبت کار خود به بازیچه دنیا) غافل شدند.» «۱»

قُلْ هُوَ لِلَّذِینَ آمَنُوا هُدیً وَ شِفاءٌ وَ الَّذِینَ لا یُؤْمِنُونَ فِی آذانِهِمْ وَقْرٌ وَ هُوَ عَلَیْهِمْ عَمًی أُولئِکَ یُنادَوْنَ مِنْ مَکانٍ بَعِیدٍ «... به آنها بگو این قرآن برای اهل ایمان، هدایت و شفاست و اما آنان که ایمان نمی‌آورند گوشهایشان (از شنیدن کلام حق) گران است و بر آنها

موجب کوری جهل و ضلالت است و آن مردم (نادان) از مکانی بسیار دور (از سعادت و ایمان) به این کتاب حق دعوت می‌شوند.» «۲»

---

(۱)- اعراف: ۱۷۹.

(۲)- فصلت: ۴۴. ابن کثیر در تفسیر «یُنادَوْنَ مِنْ مَکانٍ بَعِیدٍ» (از مکانی دور ندا داده می‌شوند) می گوید:
مجاهـد گفته است: مکان دور یعنی دور از دلهاشان. ابن جریر نیز می گوید: «معنای مکان بعید این است که، گویا کسـی که آنها را مورد خطاب قرار می‌دهد، از مکان دوری آنها را صدا می‌زند که گفته‌هایش را نمی‌فهمند» تفسیر ابن کثیر، ج ۴، ص ۱۰۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۹۲

أُولئِکَ الَّذِینَ لَعَنَهُمُ اللَّهُ فَأَصَمَّهُمْ وَ أَعْمی أَبْصارَهُمْ «همین منافقاننـد که خـدا آنهـا را لعن کرده و گوش و چشـمشان را کر و کور گردانید.» «۱»

أَ فَأَنْتَ تُسْمِعُ الصُّمَّ أَوْ تَهْدِی الْعُمْیَ وَ مَنْ کانَ فِی ضَلالٍ مُبِینٍ «ای رسول ما، آیا تو این کرها را چیزی توانی آموخت یا این کوران باطن و آن را که دانسته به گمراهی می‌رود، هدایت توانی کرد؟» «۲» مَثَلُهُمْ کَمَثَلِ الَّذِی اسْتَوْقَدَ ناراً فَلَمَّا أَضاءَتْ ما حَوْلَهُ ذَهَبَ اللَّهُ بِنُورِهِمْ وَ تَرَکَهُمْ فِی ظُلُماتٍ لا یُبْصِرُونَ صُمٌّ بُکْمٌ عُمْیٌ فَهُمْ لا یَرْجِعُونَ «مثل ایشان مثل کسـی است که آتش بیفروزد پس تا روشـن کنـد اطراف خود را، خـدا آن روشـنی ببرد و ایشان را در تاریکی رها کنـد (که راه حق و طریق سـعادت را) هیـچ نبیننـد. آنها کر و گنگ و کورند و از ضلالت خود برنمی گردند.» «۳»

وَ الَّذِینَ کَذَّبُوا بِآیاتِنا صُمٌّ وَ بُکْمٌ فِی الظُّلُماتِ ...

«و آنان که آیات خدا را تکذیب کردند کر و گنگ در ظلمات به سر می‌برند ...» «۴»

أَ فَرَأَیْتَ مَنِ اتَّخَذَ إِلهَهُ هَواهُ وَ أَضَلَّهُ اللَّهُ عَلی عِلْمٍ وَ خَتَمَ عَلی سَمْعِهِ وَ قَلْبِهِ وَ جَعَلَ عَلی بَصَرِهِ غِشاوَةً فَمَنْ یَهْدِیهِ مِنْ بَعْدِ اللَّهِ أَ فَلا تَذَکَّرُونَ

---

(۱)- محمد: ۲۳.

(۲)- زخرف: ۴۰.

(۳)- بقره: ۱۷، ۱۸.

(۴)- انعام: ۳۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۹۳

«ای رسول مـا می‌نگری آن را که هوای نفسـش را خـدای خود قرار داده، خـدا او را دانسـته (و پس از اتمام حجت) گمراه ساخته و مهر (قهر) بر گوش و دل او نهاده و بر چشم وی پرده ظلمت کشیده است، پس او را بعد از خدا دیگر که هدایتش خواهد کرد.» «۱»

إِنَّکَ لا تُسْمِعُ الْمَوْتی وَ لا تُسْمِعُ الصُّمَّ الدُّعاءَ إِذا وَلَّوْا مُدْبِرِینَ وَ ما أَنْتَ بِهادِی الْعُمْیِ عَنْ ضَلالَتِهِمْ إِنْ تُسْمِعُ إِلَّا مَنْ یُؤْمِنُ بِآیاتِنا فَهُمْ مُسْلِمُونَ «همانا تو نتوانی که مردگان (و مرده دلان کفر) را سخنی بشنوانی و یا کرهای (باطن) را که از گفتارت روی می گردانند به حقیقت شنوا کنی. و تو هرگز نتوانی این کوران (باطن) را از گمراهی هدایت کنی تنها آنان که به آیات ما ایمان می‌آورند، تو آنها را می‌توانی سخن بشنوانی و به راه حق هدایت کنی و ایشانند که تسلیم امر خدا هستند.» «۲»

و نیز یکی از نمودهـای تـأثیر انگیزه‌ها بر ادراک، تحریف و مسـخ حقیقت چیزهاست، که گاهی در ادراک پیش می‌آیـد. از این رو انسـان گاهی یک چیز خوب را زشت و یک شـیء زشت را زیبا می‌بینـد. قرآن به تحریفی که انگیزه‌ها و خواسـته‌ها و هواهای نفس

در ادراک به وجود می‌آورند اشاره کرده است.

أ فَمَنْ زُيِّنَ لَهُ، سُوءُ عَمَلِهِ فَرَآهُ حَسَناً ...

«آیا آن کس که کردار زشتش به چشم، زیبا جلوه‌گر شده تا از (خودپسندی) هر کردار بد در نظرش نیکو آمده است ...» «۳»

---

(۱)- جاثیه: ۲۳.

(۲)- نمل: ۸۰، ۸۱.

(۳)- فاطر: ۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۹۴

أ فَمَنْ كانَ عَلى بَيِّنَةٍ مِنْ رَبِّهِ كَمَنْ زُيِّنَ لَهُ، سُوءُ عَمَلِهِ وَ اتَّبَعُوا أَهْواءَهُمْ «آیا آن کس که از خـدای خود حجت و برهانی (مانند قرآن) در دست دارد مانند کسانی است که (از جهل و نادانی) عمل زشـتشان در نظر زیبا جلوه کرده و پیرو هوای نفسانی خود شدند؟» «۱»

تحقیقـات روان کـاوی ثـابت کرده است که انسـان به عـدم ادراک چیزهـایی علاقـه دارد که او را نگران و نـاراحت می‌کنـد و یـا با تمایلات و خواسـته‌هایش در تضاد است. شکی نیست که مشرکان قریش و بسیاری از یهودیان و مسیحیان از دین جدیدی که پیامبر اسـلام صـلّی اللّه علیه و آله آورده بود، راضـی نبودنـد. زیرا، گسترش آن تهدیـدی علیه سـلطه و نفوذ آنان بود. همین نفرت از دین جدیـد، باعث شـد که آنها از نظر روانی آمادگی نداشـته باشـند، به آیات قرآن از روی تـدبر و تفکر گوش فرا دهند، همان‌طور که درست به همین دلیل آنها از نظر عقلی، آماده نبودند معانی قرآن را درک و مسائل حقی را که قرآن آورده است تصدیق کنند.

---

(۱)- محمد: ۱۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۹۵

فصل چهارم تفکّر از دیدگاه قرآن

اشاره

انسان، در وظیفه ادراک حسی با حیوان اشتراک دارد اما، از نظر داشتن عقل که خدا به او عطا کرده است و قدرت اندیشیدن، که او را بر نگرش و تحقیق در اشیا و حوادث توانا می‌کنـد و از جزئیات به کلیات می‌رسانـد و قـدرت اسـتنباط نتایـج از مقـدمات را به او می‌دهـد، از حیوان متمـایز می‌شود. همین قـدرت تفکر است که انسـان را شایسـته مکلف شـدن به انجـام عبادتها و تحمل مسؤولیت انتخاب و اراده و در نتیجه سزاوار احراز مقام جانشینی خدا در روی زمین قرار داده است.

اطلاعاتی که کودک، در نخستین مرحله زندگی از طریق ادراک حسی کسب می‌کند، ماده اولیه‌ای را تشکیل می‌دهد که بعدها در جریان تفکرش از آن کمک می‌گیرد. زیرا او در آینـده آن اطلاعات را به ذهنش باز می‌گردانـد و در تصور می‌آورد و برخی را در کنار برخی دیگر قرار می‌دهـد و با روشـی جدید، طوری تنظیمشان می‌کند که، در اکتشاف اطلاعات تازه، به او کمک نماید و این اطلاعـات تازه را که انسان در جریان تفکر و اندیشـیدن به دست می‌آورد، به بایگانی اطلاعات سابقش می‌افزایـد. انسان، همواره به کـار تنظیم اطلاعـات قـدیمی و اکتشـاف اطلاعـات و حقایق تازه می‌پردازد و این در واقع پایه و اساس رشـد تحقیق علمی در خلال قرون مختلف تاریخ و همچنین علت پیشرفت مداومی است که در علوم نظری و تطبیقی به وجود می‌آید.

خداوند متعال انسان را به تفکر در هستی و نگرش در پدیده‌های مختلف آن و دقت و تأمل در شـگفتیهای آفرینش و استحکام نظام

هستی، و نیز به تحصیل علم و شناخت

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۹۶

سنتها و قوانین الهی در تمام صحنه‌های مختلف علوم ترغیب و تشویق کرده است و ما این دعوت به مشاهده و تفکر و بررسی و تحصیل علم را، در آیات متعددی از قرآن کریم، می‌بینیم:

قُلْ سِیرُوا فِی الْأَرْضِ فَانْظُرُوا کَیْفَ بَدَأَ الْخَلْقَ ...

«ای رسول، بگو به مردم که در زمین سیر کنید و ببینید که خدا چگونه نخست، خلق را ایجاد کرده است ...» «۱»

أَ فَلَمْ یَسِیرُوا فِی الْأَرْضِ فَتَکُونَ لَهُمْ قُلُوبٌ یَعْقِلُونَ بِها أَوْ آذانٌ یَسْمَعُونَ بِها فَإِنَّها لا تَعْمَی الْأَبْصارُ وَ لکِنْ تَعْمَی الْقُلُوبُ الَّتِی فِی الصُّدُورِ

«آیا این کافران در روی زمین به سیر نمی‌روند؟ تا دلهاشان بینش و هوش یابد و یا گوششان به حقیقت شنوا گردد که این کافران را چشم سر گرچه کور نیست لیکن، چشم دل و دیده دلها کور است.» «۲»

أَ وَ لَمْ یَنْظُرُوا فِی مَلَکُوتِ السَّماواتِ وَ الْأَرْضِ وَ ما خَلَقَ اللَّهُ مِنْ شَیْءٍ ...

«آیا فکر و نظر در ملکوت و قوای آسمانها و زمین نمی‌کنند و در هر چه خدا آفریده است نمی‌نگرند ...» «۳»

قُلِ انْظُرُوا ما ذا فِی السَّماواتِ وَ الْأَرْضِ ...

« (ای رسول ما به امت بگو) در آسمانها و زمین به چشم عقل نظر کنید.» «۴»

---

(۱)- عنکبوت: ۲۰.

(۲)- حج: ۴۶.

(۳)- اعراف: ۱۸۵.

(۴)- یونس: ۱۰۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۹۷

أَ فَلا یَنْظُرُونَ إِلَی الْإِبِلِ کَیْفَ خُلِقَتْ وَ إِلَی السَّماءِ کَیْفَ رُفِعَتْ وَ إِلَی الْجِبالِ کَیْفَ نُصِبَتْ وَ إِلَی الْأَرْضِ کَیْفَ سُطِحَتْ فَذَکِّرْ إِنَّما أَنْتَ مُذَکِّرٌ «آیا در خلقت شتر نمی‌نگرند که چگونه خلق شده است. و در خلقت آسمان فکر نمی‌کنند که چگونه بلند گردانیده شده است. و کوهها را نمی‌بینند که چگونه (در زمین) افراشته شده است. و به زمین نظر نمی‌کنند که چگونه گسترانیده شده است. ای رسول، تو مردم را متذکر ساز که وظیفه پیغمبری تو غیر از این نیست.» «۱»

إِنَّ فِی خَلْقِ السَّماواتِ وَ الْأَرْضِ وَ اخْتِلافِ اللَّیْلِ وَ النَّهارِ وَ الْفُلْکِ الَّتِی تَجْرِی فِی الْبَحْرِ بِما یَنْفَعُ النَّاسَ وَ ما أَنْزَلَ اللَّهُ مِنَ السَّماءِ مِنْ ماءٍ فَأَحْیا بِهِ الْأَرْضَ بَعْدَ مَوْتِها وَ بَثَّ فِیها مِنْ کُلِّ دَابَّةٍ وَ تَصْرِیفِ الرِّیاحِ وَ السَّحابِ الْمُسَخَّرِ بَیْنَ السَّماءِ وَ الْأَرْضِ لَآیاتٍ لِقَوْمٍ یَعْقِلُونَ

«محققا در خلقت آسمانها و زمین و رفت و آمد شب و روز و کشتیها که بر روی آب برای انتفاع خلق در حرکت است و بارانی که خدا از بالا فرو فرستاد تا به آن آب، زمین را بعد از مردن (و نابود شدن گیاه آن) زنده کرد و سبز و خرّم گردانید و در برانگیختن انواع حیوانها در زمین و در وزیدن بادها به هر طرف و در خلقت ابر که میان زمین و آسمان مسخر است، در همه این امور برای عاقلان ادلّه‌ای واضح بر علم و قدرت آفریننده است.» «۲»

وَ هُوَ الَّذِی أَنْزَلَ مِنَ السَّماءِ ماءً فَأَخْرَجْنا بِهِ نَباتَ کُلِّ شَیْءٍ فَأَخْرَجْنا مِنْهُ خَضِراً نُخْرِجُ مِنْهُ حَبًّا مُتَراکِباً وَ مِنَ النَّخْلِ مِنْ طَلْعِها قِنْوانٌ دانِیَةٌ وَ جَنَّاتٍ مِنْ أَعْنابٍ وَ الزَّیْتُونَ

---

(۱)- غاشیه: ۱۷- ۲۱.

(۲)- بقره: ۱۶۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۹۸

وَ الرُّمَّانَ مُشْتَبِهاً وَ غَيْرَ مُتَشابِهٍ انْظُرُوا إِلى ثَمَرِهِ إِذا أَثْمَرَ وَ يَنْعِهِ إِنَّ فِي ذلِكُمْ لَآياتٍ لِقَوْمٍ يُؤْمِنُونَ «و هموست خدایی که از آسمان باران فرو بارد تا هر نبات بـدان برویانیم و سبزه‌ها را از زمین برون آریم و در آن سبزه‌ها دانه‌هایی که به روی هم چیـده شده پدید آریم و از نخل خرما خوشه‌های پیوسـته به هم برانگیزیم و باغهای انگور و زیتون و انار که برخی شبیه و برخی نامشابه است خلق کنیم، شما در آن باغها هنگامی که میوه آن پدیـد آیـد و برسـد به چشم تعقل بنگرید که در آن آیات و نشانه‌های قدرت خدا برای اهل ایمان هویداست.» «۱»

فَلْيَنْظُرِ الْإِنْسانُ إِلى طَعامِهِ أَنَّا صَبَبْنَا الْماءَ صَبًّا ثُمَّ شَقَقْنَا الْأَرْضَ شَقًّا فَأَنْبَتْنا فِيها حَبًّا وَ عِنَباً وَ قَضْباً وَ زَيْتُوناً وَ نَخْلًا وَ حَدائِقَ غُلْباً وَ فاكِهَةً وَ أَبًّا مَتاعاً لَكُمْ وَ لِأَنْعامِكُمْ «آدمی به قوت و غذای خود به چشم خرد بنگرد. که ما آب باران را فرو ریختیم.

آن‌گاه خاک زمین را بشـکافتیم. و حبوبات برای غذا برویانیدیم. و باغ انگور و نباتات که همی بدروند باز بروید. و درخت زیتون و نخـل خرما. و باغهای پر از درختان کهن. و انواع میوه‌ها و علفها و مرتعها برویانیـدیم. تا شـما آدمیان و حیوانات شـما از آن بهره‌مند شوید.» «۲»

در آیات فوق و امثال آن، از انسان آشـکارا دعوت شـده است که به نگرش و مشاهده و تفکر و کاوش علمی در آسـمانها و زمین و همه مخلوقـات و تمـام پدیـده‌های هسـتی بپردازد. قرآن انسـان را تنهـا به تفکر و تحقیق علمی در پدیـده‌های طبیعی دعوت نمی‌کند بلکه، به تفکر در نفس و اسرار بیولوژیک و روانی خلقت خود نیز تشویق می‌کند و به این

(۱)- انعام: ۹۹.

(۲)- عبس: ۲۴- ۳۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۹۹

ترتیب او را به ورود در میادین علوم بیولوژیک و فیزیولوژیک و پزشکی و روانی فرا می‌خواند.

أَ وَ لَمْ يَتَفَكَّرُوا فِي أَنْفُسِهِمْ ما خَلَقَ اللَّهُ السَّماواتِ وَ الْأَرْضَ وَ ما بَيْنَهُما إِلَّا بِالْحَقِّ وَ أَجَلٍ مُسَمًّى ...

«آیا در پیش نفوس خود تفکر نکردند (تا بدین حکمت پی‌برند) که خدا آسـمانها و زمین و هر چه در بین آنهاست همه را جز بحق (و برای حکمت و مصلحت) و به وقت و حد معیّن نیافریده است ...» «۱»

فَلْيَنْظُرِ الْإِنْسانُ مِمَّ خُلِقَ خُلِقَ مِنْ ماءٍ دافِقٍ يَخْرُجُ مِنْ بَيْنِ الصُّلْبِ وَ التَّرائِبِ «انسان (مغرور در بـدو خلقت خود) بنگرد که از چه آفریده شده است؟ از آب نطفه جهنده‌ای آفریده شده است که از میان پشت پدر و سینه مادر بیرون آمده است.» «۲»

سَنُرِيهِمْ آياتِنا فِي الْآفاقِ وَ فِي أَنْفُسِهِمْ حَتَّى يَتَبَيَّنَ لَهُمْ أَنَّهُ الْحَقُّ ...

«ما آیات قدرت و حکمت خود را در آفاق جهان و نفوس مردم کاملا هویدا و روشن می‌گردانیم تا ظاهر و آشـکار شود که (خدا و آیات حکمت و قیامت و رسالتش همه) بر حق است ...» «۳»

اصـرار قرآن کریم در دعوت مردم به تفکر را می‌توان از آیـات زیـادی که در آنها عبارتهایی همچون عبارتهای ذیل دیـده می‌شود، دریافت: «أَ فَلا يَعْقِلُونَ» (آیا تعقّل

(۱)- روم: ۸.

(۲)- طارق: ۵- ۷.

(۳)- فصلت: ۵۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۰۰

نمی‌کنند)، «ا فلا یتفکّرون» (آیا اندیشه نمی‌کنند)، «لَعَلَّکُمْ تَعْقِلُونَ» (شاید تعقل کنید)، «لَعَلَّکُمْ تَتَفَکَّرُونَ» (شاید به تفکّر بپردازید)، «إِنْ کُنْتُمْ تَعْقِلُونَ» (اگر تعقّل می‌کردید)، «لَعَلَّهُمْ یَتَفَکَّرُونَ» (شاید آنان بیندیشند)، «أَ فَلا یَتَدَبَّرُونَ» (آیا تدبّر نمی‌کنند)، «ا فلا یتذکّرون» (آیا متذکر نمی‌شوند)، «لِقَوْمٍ یَتَفَکَّرُونَ» (برای مردمی که می‌اندیشند)، «لِقَوْمٍ یَعْقِلُونَ» (برای گروهی که تعقّل می‌کنند).
قرآن اهمیّت تفکّر در زندگی انسان را بیان کرده و ارزش فردی را که عقل و تفکرش را به خدمت می‌گیرد، بالا برده است.
... قُلْ هَلْ یَسْتَوِی الَّذِینَ یَعْلَمُونَ وَ الَّذِینَ لا یَعْلَمُونَ ...
«... بگو ای رسول آیا آنان که اهل علم و دانشند با مردم جاهل یکسانند؟» «۱» مقام کسی را که از عقل و تفکر خویش استفاده نمی‌کند، پایین آورده، و درجه‌اش را پایینتر از حیوان قرار داده است.
إِنَّ شَرَّ الدَّوَابِّ عِنْدَ اللَّهِ الصُّمُّ الْبُکْمُ الَّذِینَ لا یَعْقِلُونَ «بدترین جانوران (و شقی‌ترین اشخاص) نزد خدا کسانی هستند که از شنیدن و گفتن (حرف حق) کر و لالند و اصلا (در آیات خدا) تعقل نمی‌کنند.» «۲»
أَمْ تَحْسَبُ أَنَّ أَکْثَرَهُمْ یَسْمَعُونَ أَوْ یَعْقِلُونَ إِنْ هُمْ إِلَّا کَالْأَنْعامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ سَبِیلًا «یا پنداری که اکثر این کافران حرفی می‌شنوند یا فکر و تعقلی دارند، اینان در بی‌عقلی درست مانند چهارپایانند، بلکه نادانتر و گمراهتر.» «۳»

---

(۱)- زمر: ۹.

(۲)- انفال: ۲۲.

(۳)- فرقان: ۴۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۰۱

الف- مراحل تفکر در حل مشکلات

اشاره

انسان، در زندگی به مشکلات زیادی برمی‌خورد که نیاز به حل آنها دارد و اصولا هر سؤالی که انسان با خود مطرح می‌کند و جوابش را نمی‌داند خود، مشکلی به شمار می‌رود. معمولا انسان، در زندگی با موضعگیریهای زیادی مواجه می‌شود که مشکل به حساب می‌آیند و این در وقتی است که او هدفی مشخص دارد و برای تحقق آن تلاش می‌کند اما، راهی را که به هدفش منتهی می‌شود نمی‌شناسد یا موانعی وجود دارد که او را از رسیدن به هدف باز می‌دارد. وقتی انسان درباره راه حل مشکلی که برایش پیش می‌آید، می‌اندیشد معمولا همان مراحل مشخص را پشت سر می‌گذارد که روان‌شناسان به بررسی و تحلیل آن پرداخته‌اند. ما می‌توانیم مراحل تفکر را جهت حل مشکلات، در موضوعات زیر خلاصه کنیم: «۱»

۱- احساس وجود مشکل

سیر تفکّر، با احساس وجود مشکلی که برای انسان اهمیّت دارد، آغاز می‌شود.
انسان در این مرحله نوعی انگیزه قوی احساس می‌کند که او را به حل مشکل تشویق می‌نماید تا به هدفی که برای تحقق آن تلاش می‌کند، دست یابد. اصولا احساس وجود مشکل، نخستین مرحله سیر تفکّر را تشکیل می‌دهد.

۲- جمع آوری مدارک پیرامون موضوع «مشکل»

وقتی انسان وجود یک مشکل را حس می کند معمولا، به جستجوی موضوع آن از تمام جنبه‌ها می‌پردازد تا آن را بخوبی درک کند. و بعد به جمع آوری کلیه اطلاعات و مدارک متعلق به آن و بررسی آنها، به منظور شناختن درجه تناسب یا عدم تناسبشان با موضوع «مشکل» می‌پردازد و اطلاعاتی را که مناسب حل مشکل هستند، حفظ می کند و

---

(۱)- محمد عثمان نجاتی: علم النفس فی حیاتنا الیومیهٔ، ۳۱۶- ۳۱۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۰۲

آنها را که نامناسب هستند، کنار می گذارد. جمع آوری اطلاعات و اسناد متناسب با موضوع «مشکل»، به روشن شدن و فهمیدن و مشخص کردن دقیق آن کمک می کند و این خود، راه را برای ارائه فرضیه‌های راه حل، هموار می‌سازد.

۳- فرضیه سازی

در جریان گردآوری اطلاعات و مدارک مربوط به موضوع «مشکل»، برخی از راه حلهای احتمالی آن و یا برخی فرضیه‌ها به ذهن انسان وارد می‌شود. فرضیه، در واقع راه حل پیشنهادی مشکل است.

۴- ارزیابی فرضیه‌ها

وقتی محقق برای حل یک مشکل، فرضیه‌ای می‌سازد معمولا به بررسی عمیق و بحث پیرامون آن فرضیه در چارچوب اطلاعات و مدارکی که در اختیار دارد، می‌پردازد تا از تناسب آنها با مسأله «مشکل» و صلاحیتشان برای حل آن، مطمئن شود. گاهی محقق در می‌یابد فرضیه‌ای که ارائه داده است با برخی از اطلاعات و حقایق درباره آن مشکل، هماهنگ و متناسب نمی‌باشد، از این رو فرضیه مزبور را به دلیل عدم شایستگی در حل مشکل، کنار می گذارد و به ساختن فرضیه‌ای دیگر می‌پردازد و همان‌طور که در مورد فرضیه اول عمل کرده بود به بررسی عمیق و بحث پیرامون فرضیه دوم می‌پردازد و گاهی کار به کنار گذاشتن فرضیه دوم نیز می‌انجامد و این کار آن قدر تکرار می‌شود تا سرانجام به ارائه یک فرضیه پذیرفته شده و متناسب با اطلاعات و حقایق موجود درباره آن مشکل، برسد و تشخیص دهد که همین فرضیه، صلاحیت حلّ مشکل مزبور را دارد.

۵- اطمینان به صحّت فرضیه

پس از کنار گذاشتن فرضیه‌های نامناسب و رسیدن به یک فرضیه متناسب برای حل مشکل، محقق معمولا به گردآوری مدارک و اسناد دیگری نیز می‌پردازد و به نکات تازه‌ای می‌رسد و یا برای اطمینان از صحت این فرضیه آزمایشهایی انجام می‌دهد.

اینها مراحلی است که تفکّر، معمولا در جریان حل مشکلات، پشت سر می گذارد و

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۰۳

ما نیز برای حل کلیه مشکلاتی که در زندگی روزمرّه دامنگیرمان می‌شود، همین مراحل را طی می‌کنیم و نیز دانشمندانی که به انجام آزمایشهای علمی در آزمایشگاههایشان می‌پردازند، تنها همین مراحل را طی می کنند، با این تفاوت که آنها از وسایلی که بیشتر با موضوع در ارتباط است و دارای دقّت و کنترل بیشتری در انجام تحقیقات و جمع آوری مدارک و ثبت و تجزیه و تحلیل آنها می‌باشد، استفاده می کنند.

قرآن برای مراحل سیر تفکر در جریان حل مشکلات، نمونه‌ای به ما ارائه می کند. این نمونه را در داستان ابراهیم علیه السّلام و روشی که او در سیر تفکر برای رسیدن به معرفت پروردگار بزرگ و قادر هستی آفرین، در پیش گرفت، می‌یابیم. «۱»

وَ إِذْ قالَ إِبْراهِيمُ لِأَبِيهِ آزَرَ أَ تَتَّخِذُ أَصْناماً آلِهَةً إِنِّي أَراكَ وَ قَوْمَكَ فِي ضَلالٍ مُبِينٍ وَ كَذلِكَ نُرِي إِبْراهِيمَ مَلَكُوتَ السَّماواتِ وَ الْأَرْضِ وَ لِيَكُونَ مِنَ الْمُوقِنِينَ فَلَمَّا جَنَّ عَلَيْهِ اللَّيْلُ رَأى كَوْكَباً قالَ هذا رَبِّي فَلَمَّا أَفَلَ قالَ لا أُحِبُّ الْآفِلِينَ فَلَمَّا رَأَى الْقَمَرَ بازِغاً قالَ هذا رَبِّي فَلَمَّا أَفَلَ قالَ لَئِنْ لَمْ يَهْدِنِي رَبِّي لَأَكُونَنَّ مِنَ الْقَوْمِ الضَّالِّينَ فَلَمَّا رَأَى الشَّمْسَ بازِغَةً قالَ هذا رَبِّي هذا أَكْبَرُ فَلَمَّا أَفَلَتْ قالَ يا قَوْمِ إِنِّي بَرِيءٌ مِمَّا تُشْرِكُونَ إِنِّي وَجَّهْتُ وَجْهِيَ لِلَّذِي فَطَرَ السَّماواتِ وَ الْأَرْضَ حَنِيفاً وَ ما أَنَا مِنَ الْمُشْرِكِينَ «و یاد کن وقتی را که ابراهیم به پدرش آزر (عمو و مربّیش که عرب بر آن پدر اطلاق کند) گفت، آیا بتها را به خدایی اختیار کرده‌ای و من براستی، تو و پیروانت را در گمراهی آشکار می‌بینم. و همچنین ما به ابراهیم ملکوت و باطن آسمانها و زمین را ارائه دادیم تا به مقام اهل یقین رسد. پس چون شب تاریک نمودار شد ستاره درخشانی را دید (برای هدایت مشرکان) گفت این پروردگار من است پس چون آن ستاره غروب کرد گفت من چیزی را که نابود شود به خدایی نخواهم

---

(۱)- علی عبدالعظیم: فلسفهٔ المعرفهٔ فی القرآن الکریم. قاهره: مرکز تحقیقات اسلامی، ۱۹۷۳، ص ۲۴۴- ۲۵۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۰۴

گرفت. پس چون (شب شد و) ماه تابان را دید باز گفت این خدای من است، وقتی که آن هم نابود شد گفت اگر خدای من مرا هدایت نکند همانا که من از گروه گمراهان عالم خواهم بود. پس چون (صبح) خورشید درخشان را دید باز گفت این است خدای من، این بزرگتر است، چون آن نیز نابود شد گفت ای گروه مشرکان من از آنچه شما شریک خدا قرار می‌دهید بیزارم. من با ایمان خالص روی به سوی خدایی آوردم که آفریننده آسمانها و زمین است و من هرگز با (عقیده جاهلانه) مشرکان موافق نخواهم بود.» «۱»

ابراهیم علیه السّلام نادرستی عبادت بتها را توسط قوم خود احساس کرده بود، چون فکر می کرد که انسان سازنده این بتهاست و چیزی که با دست ساخته شود چگونه قابل پرستش است؟

قالَ أَ تَعْبُدُونَ ما تَنْحِتُونَ «ابراهیم (زبان به نصیحت گشود و گفت آیا (رواست که) شما چیزی به دست خود بتراشید و آن را پرستش کنید؟» «۲» از سوی دیگر، این بتها هیچ قدرت و توانی ندارند پس ممکن نیست که به صفت الوهیت متصف شوند. چون خدا، قوی و توانا و حاکم بر هستی و بخشنده نعمتها و تقسیم کننده روزیهاست.

قالَ أَ فَتَعْبُدُونَ مِنْ دُونِ اللَّهِ ما لا يَنْفَعُكُمْ شَيْئاً وَ لا يَضُرُّكُمْ «ابراهیم گفت آیا خدا را که هر نفعی به دست اوست رها کرده و بتهایی را می‌پرستید که هیچ نفع و ضرری برای شما ندارند. اف بر شما و بر آنچه بجز خدای یکتا می‌پرستید، آیا شما عقل خود را هیچ به کار نمی‌بندید؟» «۳»

---

(۱)- انعام: ۷۴- ۷۹.

(۲)- صافات: ۹۵.

(۳)- انبیاء: ۶۶، ۶۷.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۰۵

همین احساس ابراهیم علیه السّلام نسبت به نادرستی عبادت بتها و عدم شایستگی آنها برای خدا شدن، مشکلی در نفسش برانگیخت که بر او فشار می‌آورد و بر تفکرش چیره می‌شد و آن مشکل این بود که «خدای این هستی کیست؟».

همزمان با احساس این مشکل، ابراهیم علیه السّلام نوعی انگیزه قوی در خود حس کرد که او را برای رسیدن به شناخت آفریدگار هستی، به تفکر درباره این مشکل واداشت. البته در ایجاد این انگیزه، علاوه بر هدایت و توفیق الهی، فطرت سالم و روح صاف و زلال و عقل برتر ابراهیم علیه السّلام نیز به او کمک کرد.

ابراهیم علیه السّلام سپس به مرحله مشاهده و جمع‌آوری اطلاعات و مدارک رسید.

پدیده‌های گوناگون هستی در آسمان و زمین را مشاهده کرد تا شاید از طریق آنها به شناخت خداوند برسد. در همین زمینه، به ستاره و ماه و خورشید و دیگر پدیده‌های هستی، چه در آسمان و چه در زمین نظر می‌انداخت. این موضوع را می‌توان از این آیه:

«وَ كَذلِكَ نُرِی إِبْراهِيمَ مَلَكُوتَ السَّماواتِ وَ الْأَرْضِ وَ لِيَكُونَ مِنَ الْمُوقِنِينَ.» فهمید. «۱»

در جریان مرحله مشاهده و گردآوری اطلاعات درباره پدیده‌های مختلف هستی، حضرت ابراهیم علیه السّلام در ذهن خود فرضیه‌هایی ساخت، مثلا وقتی تاریکی شب همه جا را فرا گرفت و او ستاره‌ای دید که در آسمان تاریک می‌درخشد، فرضیه‌ای ساخت که نتیجه‌اش اعتقاد به خدا بودن ستاره بود، ولی وقتی برایش آشکار شد که ستاره مزبور دچار تغییر شده است یعنی، غروب کرد و دیگر ظاهر نشد، فرضیه مزبور را کنار گذاشت- زیرا فرضیه‌ای غیر مناسب با حل مشکل بود- چرا که، خدا باید ثابت و لا یتغیر و همواره موجود باشد و هرگز غایب نشود.

و وقتی ماه را دید که در تاریکی می‌درخشد، فرضیه دیگری ساخت که نتیجه‌اش این بود که ماه خدا می‌باشد. ولی وقتی مشاهده کرد ماه نیز غایب می‌شود این فرضیه را هم به دلیل عدم تناسبش با صفات خداوندی کنار گذاشت. و چون خورشید را دید که می‌درخشد و دنیا را پر از روشنایی و گرما می‌کند و حجمش نیز از ستارگان دیگر بزرگتر است، فرضیه‌ای دیگر ساخت و گفت خورشید خداست، اما وقتی دید آن نیز غروب

---

(۱)- ترجمه آیه فوق قبلا آمده است.- م.

می‌کند، این فرضیه را هم به علت عدم تناسبش با صفات خداوندی، کنار گذاشت.

ابراهیم علیه السّلام پس از این که همه این فرضیه‌ها را به سبب عدم تناسبشان با حل مشکل، کنار گذاشت، سرانجام فرضیه‌ای ساخت که او را به خدا معتقد کرد، «۱» همان خدایی که همه ستارگان و آسمانها و زمین و مخلوقات میان آسمان و زمین را آفرید. او گفت: «إِنِّی وَجَّهْتُ وَجْهِیَ لِلَّذِی فَطَرَ السَّماواتِ وَ الْأَرْضَ حَنِيفاً وَ ما أَنَا مِنَ الْمُشْرِكِينَ». بدون شک او قبلا به این فرضیه که سرانجام به آن رسید فکر کرده و اطلاعات زیادی درباره دیگر پدیده‌های هستی نیز گرد آورده بود و نه تنها چیزی که فرضیه‌اش را نقض کند در آنها ندیده بود، بلکه، بر عکس دریافته بود که هر چه را مشاهده کرده است از شگفتیهای آفرینش و خلقت خداست و این نظم استوار که در نظام هستی وجود دارد، بر وجود یک خدای قوی و توانا و حکیم دلالت می‌کند که همو این هستی و آفریده‌های موجود در آن را با چنین نظمی استوار و دقیق، آفریده است.

به این ترتیب در این آیات که داستان راهیابی ابراهیم علیه السّلام به توحید را به یادمان می‌آورد، می‌بینیم که چگونه قرآن مراحل سیر تفکر در حل مشکلات را به طور دقیق و روشن، توصیف کرده است.

ب- خطاهای تفکر

اشاره

تفکر همواره در معرض اشتباه قرار دارد. چون گاهی، عوامل بازدارنده‌ای متعرض جریان تفکر می‌شوند و آن را از راه راست منحرف می‌سازند و میان تفکر و وصول انسان به حقیقت، مانع ایجاد می کنند و هرگاه موانع و بازدارنده‌های تفکر به طور متراکم بر انسان فشار آورند اندیشه انسان دچار جمود می‌شود، به طوری که قادر به پذیرش نظریه‌ها و افکار تازه نمی‌باشد و انسان وقتی به این حالت برسد، دیگر، تفکّر، ارزش عظیم خود را در زندگی از دست می‌دهد و وظیفه طبیعی خود را در کار تشخیص حق و باطل و نیکی و بدی و کشف حقایق و کسب دانش و بالا بردن انسان در مدارج ترقی و

---

(۱)- به عقیده ما ابراهیم علیه السّلام قبلا معتقد بوده است و این فرضیه‌ها را برای هدایت مشرکان طرح کرده است، نه برای خودش که معتقد به وجود خدا شود.- م.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۰۷

کمال، انجام نمی‌دهد. و وقتی نیروی تفکر انسان، از کار باز ماند، و دچار جمود شود، در واقع انسان امتیاز اساسی خود را که از حیوان جدایش می‌سازد، از دست می‌دهد و مانند حیوان یا حتی گمراهتر از آن، خواهد شد.

أَمْ تَحْسَبُ أَنَّ أَكْثَرَهُمْ يَسْمَعُونَ أَوْ يَعْقِلُونَ إِنْ هُمْ إِلَّا كَالْأَنْعامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ سَبِيلًا «یا پنداری که اکثر این کافران حرفی می‌شنوند یا فکر و تعقلی دارند؟ (حاشا) اینان در بی‌عقلی بس مانند چهارپایانند بلکه، نادانتر و گمراهترند.» «۱»

قرآن این حالت جمود فکری را به عنوان «مهر زدن بر دلها» یا «قرار گرفتن دلها در پوششی» و یا «قفل نهادن بر آنها» توصیف کرده است.

أُولئِكَ الَّذِينَ طَبَعَ اللَّهُ عَلى قُلُوبِهِمْ وَ سَمْعِهِمْ وَ أَبْصارِهِمْ وَ أُولئِكَ هُمُ الْغافِلُونَ «همینها هستند که خدا بر دلها و گوش و چشمهایشان مهر قهر زده است. و اینها همان مردم (از خدا و قیامت) غافلند.» «۲»

خَتَمَ اللَّهُ عَلى قُلُوبِهِمْ وَ عَلى سَمْعِهِمْ وَ عَلى أَبْصارِهِمْ غِشاوَةٌ وَ لَهُمْ عَذابٌ عَظِيمٌ «قهر خدا، مهر بر دلهاشان و پرده بر گوش آنها و بر چشمهای ایشان نهاد که فهم حقایق و معارف الهی را نمی کنند و ایشان را عذابی سخت است.» «۳»

كَذلِكَ يَطْبَعُ اللَّهُ عَلى قُلُوبِ الَّذِينَ لا يَعْلَمُونَ «این چنین خدا بر دلهای اهل جهل (پس از اتمام حجت) مهر (شقاوت) نهد (که هیچ سخن حق را نپذیرند)». «۴»

---

(۱)- فرقان: ۴۴.

(۲)- نحل: ۱۰۸.

(۳)- بقره: ۷.

(۴)- روم: ۵۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۰۸

أَ وَ لَمْ يَهْدِ لِلَّذِينَ يَرِثُونَ الْأَرْضَ مِنْ بَعْدِ أَهْلِها أَنْ لَوْ نَشاءُ أَصَبْناهُمْ بِذُنُوبِهِمْ وَ نَطْبَعُ عَلى قُلُوبِهِمْ فَهُمْ لا يَسْمَعُونَ تِلْكَ الْقُرى نَقُصُّ عَلَيْكَ مِنْ أَنْبائِها وَ لَقَدْ جاءَتْهُمْ رُسُلُهُمْ بِالْبَيِّناتِ فَما كانُوا لِيُؤْمِنُوا بِما كَذَّبُوا مِنْ قَبْلُ كَذلِكَ يَطْبَعُ اللَّهُ عَلى قُلُوبِ الْكافِرِينَ «آیا این مردمی را که بعد از اقوامی که همه مردند وارث زمین شدند خدا آگاه نفرموده است که اگر ما بخواهیم به کیفر گناهانشان می‌رسانیم و بر دلهایشان مهر می‌نهیم (که فهم حقایق نکنند) و به گوش دل چیزی (از آیات خدا) نشنوند و از آنان پند نگیرند. این است شهرهایی که ما بر تو اخبار اهلش را بیان کردیم همه را رسولانی با ادله روشن آمد چون از پیش آنها را تکذیب کرده بودند به آنان ایمان نیاوردند همچنین خدا هم (به شقاوت کفر) دلهای کافران را مهر خواهد کرد.» «۱»

وَ جَعَلْنا عَلی قُلُوبِهِمْ أَكِنَّةً أَنْ يَفْقَهُوهُ ...

«و ما بر دلهای (تیره) آن کافران پرده‌ای افکندیم که قرآن را فهم نکنند ...» «۲»

وَ قالُوا قُلُوبُنا فِی أَكِنَّةٍ مِمَّا تَدْعُونا إِلَيْهِ وَ فِی آذانِنا وَقْرٌ وَ مِنْ بَيْنِنا وَ بَيْنِكَ حِجابٌ فَاعْمَلْ إِنَّنا عامِلُونَ «و مشرکان گفتند (تو با ما چه می‌گویی که) دلهای ما از قبول دعوتت سخت محجوب و گوش ما از شنیدن سخنت سنگین و میان ما و تو حجاب (ضخیم و فاصله بسیار) است تو به کار دین خود پرداز، ما هم البته به کیش خود عمل می‌کنیم.» «۳»

---

(۱)- اعراف: ۱۰۰، ۱۰۱.

(۲)- اسراء: ۴۶. یکی از بیماریهای قلب که در قرآن ذکر می‌کند «کنان» به معنی پوشش است که در قرآن به صورت جمع «اکنّه» آمده است و آن یک نوع پوششی است که بر قلب ایجاد می‌شود. این واژه در آیات بعد هم آمده است- م.

(۳)- فصلت: ۵.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۰۹

وَ مِنْهُمْ مَنْ يَسْتَمِعُ إِلَيْكَ وَ جَعَلْنا عَلی قُلُوبِهِمْ أَكِنَّةً أَنْ يَفْقَهُوهُ وَ فِی آذانِهِمْ وَقْراً وَ إِنْ يَرَوْا كُلَّ آيَةٍ لا يُؤْمِنُوا بِها ...

«بعضی از آنان (مشرکان و کافران) به سخن تو گوش فرا دارند ولی پرده بر دلهاشان نهاده‌ایم که فهم آن نتوانند کرد و گوشهای آنها از شنیدن حق سنگین است که اگر همه آیات الهی را مشاهده کنند باز بدان ایمان نمی‌آورند ...» «۱»

أَ فَلا يَتَدَبَّرُونَ الْقُرْآنَ أَمْ عَلی قُلُوبٍ أَقْفالُها «آیا منافقان در آیات قرآن تدبر نمی‌کنند یا بر دلهاشان خود قفلها (ی جهل و نفاق) زده‌اند.» «۲»

قرآن مهمترین عواملی را که مانع اندیشیدن و مایه جمود فکری می‌شوند و در نتیجه میان تفکر و شناخت حقیقت و اظهار نظر درست در مسائل مختلف، ایجاد سد می‌کنند، ذکر کرده است. این عوامل عبارتند از: پایبندی به اندیشه‌های کهنه، کافی نبودن اسناد و مدارک و موضعگیری طرفدارانه انفعالی و عاطفی.

۱- پایبندی به اندیشه‌های کهنه

پایبندی به افکار قدیمی و چیزهایی که عرف و عادت و سنتهای مردم بر اساس آن جریان دارد، از عوامل مهمی است که مایه جمود تفکر و عدم پذیرش افکار جدیدی که به اندیشه عرضه می‌شوند، می‌گردد. انسان معمولاً تمایل دارد به چیزهایی که با آنها مأنوس است و از پیش به آنها عادت کرده و با آنها پرورش یافته است، پایبند باشد. به طوری که رها شدن از آداب و رسوم و اندیشه‌های کهنه، برایش مسأله‌ای می‌شود که

---

(۱)- انعام: ۲۵.

(۲)- محمد: ۲۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۱۰

برای تطبیق و هماهنگی خود با آنها نیاز به کوشش و مدیریت و اراده دارد، همان‌طور که تواناییش را بر نگرش تحلیلی و بی‌طرفانه نسبت به مسائل مختلف، که به او امکان تشخیص حق از باطل را می‌دهد، نیز می‌طلبد و این کار برای بسیاری از مردم کار ساده‌ای نیست. قرآن پایبندی بسیاری از مردم را، در کلیه قرون گذشته تاریخ، به عقاید پدرانشان و عبادتهای آنها، توصیف کرده است و متذکر شده است که، آنها با اندیشه‌ای آزاد از قید و بندهای آداب و رسوم و سنتها و اندیشه‌های کهنه، قدرت نگرش به عقیده

توحیـد را که انبیا و پیامبران اعم از مرسل و نامرسل به آن دعوت می‌کردنـد، نداشـتند. چون تقلید از پدران و پایبندی به اندیشه‌ها و آداب و رسوم آنهـا، از عوامـل مهم جمود فکری در بسـیاری از مردم بود، از این رو دست شسـتن از این گونه افکار و پـذیرش دین توحید که پیامبران مردم را به آن دعوت می‌کردند، برایشان آسان نبود.

قالُوا أَ جِئْتَنا لِتَلْفِتَنا عَمَّا وَجَدْنا عَلَيْهِ آباءَنا ...

«آنها (به موسی) گفتند، آیا تو آمده‌ای که ما را از عقاید و آدابی که پدران ما بر آن بودند باز داری ...» «۱»

بَلْ قالُوا إِنَّا وَجَدْنا آباءَنا عَلى أُمَّةٍ وَ إِنَّا عَلى آثارِهِمْ مُهْتَدُونَ وَ كَذلِكَ ما أَرْسَلْنا مِنْ قَبْلِكَ فِي قَرْيَةٍ مِنْ نَذِيرٍ إِلَّا قالَ مُتْرَفُوها إِنَّا وَجَدْنا آباءَنا عَلى أُمَّةٍ وَ إِنَّا عَلى آثارِهِمْ مُقْتَدُونَ «بلکه گفتنـد ما پـدران خود را به عقایـد و آیینی یافتیم و البته ما هم در پی آنها بر هدایت هستیم. و همچنین ما هیچ رسولی پیش از تو در هیچ شهر و دیاری نفرستادیم جز آن که اهل ثروت و مال آن دیار به رسولان گفتند که ما پدران خود را بر آیین و عقایدی یافتیم و از آنها البته پیروی خواهیم کرد.» «۲»

---

(۱)- یونس: ۷۸.

(۲)- زخرف: ۲۲، ۲۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۱۱

وَ إِذا قِيلَ لَهُمْ تَعالَوْا إِلى ما أَنْزَلَ اللَّهُ وَ إِلَى الرَّسُولِ قالُوا حَسْبُنا ما وَجَدْنا عَلَيْهِ آباءَنا أَ وَ لَوْ كانَ آباؤُهُمْ لا يَعْلَمُونَ شَيْئاً وَ لا يَهْتَدُونَ «و چون به آنها گفته شـد بیاییـد از حکم کتابی که خدا فرسـتاد و از دسـتور رسول او پیروی کنید گفتند آن دینی که پدران خود را بر آن یافتیم ما را کفایت است، آیا باید از پدران خود در صورتی که آنها مردم جاهلی بوده و به حق راه نیافته باشند باز پیروی کنند؟» «۱» وَ إِذا قِيلَ لَهُمُ اتَّبِعُوا ما أَنْزَلَ اللَّهُ قالُوا بَلْ نَتَّبِعُ ما أَلْفَيْنا عَلَيْهِ آباءَنا أَ وَ لَوْ كانَ آباؤُهُمْ لا يَعْقِلُونَ شَيْئاً وَ لا يَهْتَدُونَ «و چون کفّار را گویند پیروی از شـریعت و کتابی که خدا فرستاده است، کنید پاسخ دهند که ما پیرو کیش پدران خود خواهیم بود، آیا بایست آنها تابع پدران باشند در صورتی که آنها بی‌عقل و نادان بوده و هرگز به حق و راستی راه نیافته‌اند.» «۲»

قالُوا أَ جِئْتَنا لِنَعْبُدَ اللَّهَ وَحْدَهُ وَ نَذَرَ ما كانَ يَعْبُدُ آباؤُنا ...

« (قوم یهود) گفتنـد آیا تو برای آن به سوی ما آمـده‌ای که خـدا را به یکتایی پرستیم و از بتهایی که پـدران ما می‌پرستیدند اعراض کنیم؟ ...» «۳»

وَ إِذا تُتْلى عَلَيْهِمْ آياتُنا بَيِّناتٍ قالُوا ما هذا إِلَّا رَجُلٌ يُرِيدُ أَنْ يَصُدَّكُمْ عَمَّا كانَ يَعْبُدُ آباؤُكُمْ ...

«و چون توسط رسول برای کافران آیات روشن ما تلاوت شد گفتند این شـخص (که دعوی رسالت می‌کند) جز آن که مردی است که می‌خواهد شما را از دین

---

(۱)- مائده: ۱۰۴.

(۲)- بقره: ۱۷۰.

(۳)- اعراف: ۷۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۱۲

پدرانتان برگرداند هیچ مزیّت دیگری ندارد ...» «۱»

از آن جا که جمود فکری برای انسان بسـیار مضـر است و او را از بهره‌جویی از آن ویژگی اساسی که خداوند مخصوص انسان قرار داده و به واسـطه آن از حیـوان متمـایزش کرده، محروم می‌سـازد و سـبب سـقوط او به سـطح حیوان بلکه پـایینتر از آن می‌شود، لـذا

قرآن، مصرّانه مردم را به آزاد شدن از قید و بندهایی که اندیشه آنها را به زنجیر می‌کشد و عقلشان را از کار می‌اندازد، تشویق می‌کند.

قرآن از مشرکانی که در افکار و عقاید، از پدران خود تقلید می‌کنند و عقل خویش را به هیچ می‌گیرند و نیروی تفکّر خود را از کار می‌اندازند و در نتیجه هر اندیشه تازه‌ای را بدون این که آزادانه و دور از قید و بندهای تقلید، به آن بیندیشند، رد می‌کنند، بسختی انتقاد کرده است. ما قبلا نیز اشاره کردیم که قرآن، مردم را به گردش در روی زمین و مشاهده آفریده‌های جهان و دقت و تفکر در پدیده‌های گوناگون هستی، فرا می‌خواند.

این دعوت در واقع همان فراخوانی قرآن به آزاد شدن تفکر از قید و بندهایی است که به زنجیر کشیده شده، و تشویقی به آغاز ره سپردن در افقهای معرفت و کاوش علمی است.

قرآن همچنین بر دعوت مردم، به آزاد شدن از اوهام و خرافات که جریان تفکّر را از کار می‌اندازند و مانع شناخت حقیقت می‌شوند، اصرار می‌ورزد، زیرا، عربها در زمان جاهلیت درباره نوع و تعداد نسل شتر و گوسفند، به خرافاتی معتقد بودند مثلا اگر شتر یا گوسفندی به تعداد مشخص می‌زایید یا فقط ماده می‌زایید یا نر و ماده با هم می‌زایید، آنها بر همین اساس او را رها می‌کردند و یا از نوشیدن شیرش امتناع می‌ورزیدند. قرآن از اعتقاد به این گونه خرافات نهی کرده است. «۲»

ما جَعَلَ اللَّهُ مِنْ بَحِيرَةٍ وَ لا سائِبَةٍ وَ لا وَصِيلَةٍ وَ لا حامٍ وَ لكِنَّ الَّذِينَ كَفَرُوا يَفْتَرُونَ

---

(۱)- سبأ: ۴۳.

(۲)- محمّد البهی: الاسلام فی حیاة المسلم، چاپ دوم، قاهره: مکتبة وهبة، ۱۹۷۳، ص ۱۶۷- ۱۶۹.

عَلَى اللَّهِ الْكَذِبَ وَ أَكْثَرُهُمْ لا يَعْقِلُونَ «خدا برای بحیره و سائبه و وصیله و حام، حکمی مقرر نفرمود و لیکن کافران (در جهل احکام) بر خدا دروغ بستند چه آن که بیشتر آنان عقل را به کار نمی‌بندند.» «۱»

۲- کافی نبودن مدرک

برای انسان آسان نیست، بدون این که مدارک کافی و اطلاعات ضروری، پیرامون موضوعی در اختیار داشته باشد بتواند به طور درست و سالم درباره آن تفکر کند.

همچنین بدون گردآوری دلایل و براهین کافی که مؤید درستی نتیجه‌ای باشند که به آن رسیده است، نمی‌تواند در جریان تفکر به نتیجه درستی برسد. مردم در مقدار و اندازه پیروی از قوانین درست و منطقی، در جریان تفکر و مباحثات و در اظهار نظر و قضاوت فکری، با همدیگر فرق دارند. اصولا دانشمندان و حکما و اشخاصی که دارای هوشی سالم هستند، شدیدا از اظهار نظر و قضاوت و صدور حکم، بدون داشتن دلایل روشن و

---

(۱)- مائده: ۱۰۳. در تفسیر ابن کثیر، آمده است که:

بحیره: شتری است که از دوشیدن شیر آن به خاطر بتها جلوگیری می‌شد و هیچ کس آن را نمی‌دوشید.

سائبه: شتری است که برای خدایانشان رها می‌کردند و چیزی بر پشت آن حمل نمی‌کردند ...

وصیله: شتر بکری است که در نخستین زایمان، نر می‌زاید، سپس در مرحله دوم ماده می‌زاید. حال اگر شتری پشت سر هم دو شکم ماده می‌زایید آن را برای بتها آزاد می‌کردند.

حـام: شتر نری است که به تعـداد مشخصـی بـا شتر ماده جفت می‌شود و وقتی آن تعـداد جفتگیری تمام می‌شـد آن را برای بتها رها می کردند و از حمل بار معافش می‌داشتند و بر پشتش چیزی حمل نمی کردند و آن را «حامی» می‌نامیدند. تفسیر ابن کثیر، ج ۲، ص ۱۰۷.

در مورد معـانی کلمـات بحیره و سـائبه و وصـیله و حـام، علاـوه بر آنچه مؤلف محـترم از تفسـیر ابن کثیر نقـل کرده است، در قرآن «ترجمـه الهی قمشـه‌ای» نیز چنیـن می‌خـوانیم: «بحیرهٔ شـتری بـوده در جـاهلیت بعـد از پنـج شـکم که در شـکم پنجمین نر می‌آورده گوشـش را می‌شکافته‌اند و به چرا سر می‌داده، دیگر از آن سود نمی‌جسته‌اند، سائبه شتری بوده است که از طریق نذر انتفاعش را بر خود حرام می‌دانسـته‌اند مثل آن گه اگر فلان بیمار شـفا یابـد ناقهٔ من سائبه باشد و امثال آن. وصـیله، شـکم هفتم گوسـفند را که نر باشد نذر بتها می کردند. حام، شتری که ده شکم می‌زایید، بر آن سوار نمی‌شدند.»- م.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۱۴

واضـحی که به آنها استناد کنند، پرهیز می کنند. اما، بسیاری از مردم در جریان تفکر، از قوانین درست منطقی پیروی نمی کنند. آنها اغلب در اظهـار نظر دربـاره مسائـل مختلف، بـدون داشـتن مـدارک کافی و همچنین در صـدور حکم و قضاوت، بـدون جمع آوری دلایلی روشن که مؤیـد صـحت قضاوتشان باشـد، شـتاب می‌ورزنـد. اصولا نبودن مدارک و اطلاعات و دلایل کافی، از عوامل مهم بسیاری از خطاهای رایج تفکر، در میان مردم می‌باشد. قرآن برای رسیدن به حق در مورد یک موضوع، به اهمیت شناخت آن اشاره کرده و ما را از سخن گفتن و اظهارنظر درباره چیزهایی که نسبت به آنها عالم نیستیم و دلایل و مدارکی نیز بر صحت آنها نداریم، نهی کرده است.

وَ لا- تَقْفُ ما لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ إِنَّ السَّمْعَ وَ الْبَصَـرَ وَ الْفُؤادَ كُلُّ أُولئِكَ كانَ عَنْهُ مَسْؤُلًا «و هرگز بر آنچه علم و اطمینان نـداری دنبال مکن که (در پیشگاه حکم خدا) چشم و گوش و دل همه مسؤولند.» «۱»

وَ مِنَ النَّاسِ مَنْ يُجادِلُ فِي اللَّهِ بِغَيْرِ عِلْمٍ وَ يَتَّبِعُ كُلَّ شَيْطانٍ مَرِيـدٍ «برخی مردم از جهل و نادانی در کار خـدا جـدال کننـد و از پی هر شیطان گمراه کننده‌ای روند.» «۲»

وَ مِنَ النَّاسِ مَنْ يُجادِلُ فِي اللَّهِ بِغَيْرِ عِلْمٍ وَ لا- هُـدىً وَ لا- كِتابٍ مُنِيرٍ «و برخی از مردم از روی جهـل و گمراهی و بی‌هیـچ کتـاب و حجت روشن، در کار خدا جدل می کنند.» «۳»

---

(۱)- اسراء: ۳۶.

(۲)- حج: ۳.

(۳)- حج: ۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۱۵

الَّذِينَ يُجادِلُونَ فِي آياتِ اللَّهِ بِغَيْرِ سُلْطانٍ أَتاهُمْ كَبُرَ مَقْتاً عِنْدَ اللَّهِ وَ عِنْدَ الَّذِينَ آمَنُوا كَذلِكَ يَطْبَعُ اللَّهُ عَلى كُلِّ قَلْبِ مُتَكَبِّرٍ جَبَّارٍ «آنان که در آیات خدا بی‌هیچ حجت و برهان به جدال و انکار برخیزند این کار، سخت خدا (و رسول) و اهل ایمان را به خشم و غضب آرد (بلی) این گونه خدا بر دل هر منکر ستمکاری مهر شقاوت می‌زند.» «۱»

إِنَّ الَّذِينَ يُجادِلُونَ فِي آياتِ اللَّهِ بِغَيْرِ سُلْطانٍ أَتاهُمْ إِنْ فِي صُدُورِهِمْ إِلَّا كِبْرٌ ما هُمْ بِبالِغِيهِ فَاسْتَعِذْ بِاللَّهِ إِنَّهُ هُوَ السَّمِيعُ الْبَصِيرُ «آنان که در آیات خـدا بی‌هیـچ حجت و برهان راه انکار و جـدل پیمودند جز تکبّر و نخوت، چیزی در دل ندارند که به آرزوی دل هم آخر نخواهند رسید، پس تو (از شرّ آنها) پناه به درگاه خدا بر، که خدا شنوا و بیناست.» «۲»

وقتی همه مـدارک مهم مربوط به موضوعی که انسـان دربـاره آن می‌اندیشـد، به انـدازه کافی در اختیارش نباشـد، به گمان و فرض

کردن راه حلهایی که احتمال درستی و نادرستی هر دو را می‌دهد، پناه می‌برد. انسان بیشتر اوقات در قضاوتش نسبت به چیزهای مختلف، به گمان رو می‌آورد در صورتی که دلیل روشنی بر درستی گمان خود ندارد و گاهی در آینده، نادرستی گمانش برای وی آشکار می‌شود. از این رو گمان، راه درست وصول به حقیقت نیست بلکه، انسان باید بکوشد که گمانش را در پرتو مدارک و دلایل جدید، به یقین مبدل سازد تا نسبت به صحت و یا عدم صحت آن، مطمئن شود. بنابراین، گمان عبارت است از، فرضیه‌ای که احتمال درستی و نادرستی، هر دو را دارد.

---

(۱)- غافر (مؤمن): ۳۵. «بِغَيْرِ سُلْطانٍ أَتاهُمْ»: یعنی بدون این که هیچ دلیل و برهانی از جانب خدا داشته باشند. تفسیر ابن کثیر، ج ۴، ص ۷۹.

(۲)- غافر (مؤمن): ۵۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۱۶

وَ ما يَتَّبِعُ أَكْثَرُهُمْ إِلَّا ظَنًّا إِنَّ الظَّنَّ لا يُغْنِي مِنَ الْحَقِّ شَيْئاً إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ بِما يَفْعَلُونَ «و اکثر مردم الّا از خیال و گمان باطل خود از چیزی پیروی نمی‌کنند. در صورتی که گمان و خیال موهوم، کسی را بی‌نیاز از حق نمی‌گرداند و به علم یقین نمی‌رساند و خدا به هر چه (این کافران) می‌کنند آگاه است.» «۱»

وَ إِذا قِيلَ إِنَّ وَعْدَ اللَّهِ حَقٌّ وَ السَّاعَةُ لا رَيْبَ فِيها قُلْتُمْ ما نَدْرِي مَا السَّاعَةُ إِنْ نَظُنُّ إِلَّا ظَنًّا وَ ما نَحْنُ بِمُسْتَيْقِنِينَ «و چون (به شما) گفته شد که وعده خدا حق است و در قیامت هیچ شک و ریب نیست شما گفتید قیامت چیست نمی‌فهمیم پس خیالی پیش خود می‌کنیم و به آن هیچ یقین نداریم.» «۲»

به همین دلیل انسان نباید در جریان تفکر دنباله‌رو گمان خود باشد، چون گمان، غالبا به اشتباه منجر می‌شود و اصولا شک و گمان، راه امنی برای وصول به حقیقت نیست و معنای سخن خداوند متعال در آیه‌ای که قبلا ذکر کردیم، نیز همین است: «... إِنْ يَتَّبِعُونَ إِلَّا الظَّنَّ وَ إِنَّ الظَّنَّ لا يُغْنِي مِنَ الْحَقِّ شَيْئاً.» «۳»

---

(۱)- یونس: ۳۶.

(۲)- جاثیه: ۳۲.

(۳)- نجم: ۲۸.

کلمه «ظن» در قرآن به سه معنی آمده است: معنی اول همان علم غیر یقینی است که کفه صدقش سنگینی نمی‌کند. آیات زیر نمونه‌هایی از این معنی هستند:

وَ إِنْ تُطِعْ أَكْثَرَ مَنْ فِي الْأَرْضِ يُضِلُّوكَ عَنْ سَبِيلِ اللَّهِ إِنْ يَتَّبِعُونَ إِلَّا الظَّنَّ وَ إِنْ هُمْ إِلَّا يَخْرُصُونَ (انعام: ۱۱۶).

«و اگر پیروی کنی از اکثر مردم زمین، تو را از راه خدا گمراه خواهند کرد که اینان جز از پی گمانی نمی‌روند و جز اندیشه باطل و دروغ چیزی در دست ندارند».

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۱۷

أَلا إِنَّ لِلَّهِ مَنْ فِي السَّماواتِ وَ مَنْ فِي الْأَرْضِ وَ ما يَتَّبِعُ الَّذِينَ يَدْعُونَ مِنْ دُونِ اللَّهِ شُرَكاءَ إِنْ يَتَّبِعُونَ إِلَّا الظَّنَّ وَ إِنْ هُمْ إِلَّا يَخْرُصُونَ (یونس: ۶۶).

«آگاه باش که هر چه در آسمانها و زمین است ملک خداست و آنچه را مشرکان از غیر خدا پیروی می‌کنند گمان باطلی بیش

نیست و جز آن که دروغی بافند کاری ندارند».

وَ قَوْلِهِمْ إِنَّا قَتَلْنَا الْمَسِيحَ عِيسَى ابْنَ مَرْيَمَ رَسُولَ اللَّهِ وَ ما قَتَلُوهُ وَ ما صَلَبُوهُ وَ لكِنْ شُبِّهَ لَهُمْ وَ إِنَّ الَّذِينَ اخْتَلَفُوا فِيهِ لَفِي شَكٍّ مِنْهُ ما لَهُمْ بِهِ مِنْ عِلْمٍ إِلَّا اتِّباعَ الظَّنِّ وَ ما قَتَلُوهُ يَقِيناً (نساء: ۱۵۷).

«و هم از این رو که (به دروغ) گفتند ما مسیح بن مریم عیسی رسول خدا را کشتیم در صورتی که او را نکشتند و نه به دار کشیدند لکن، امر بر آنها مشتبه شد و همانا آنان که درباره او عقاید مختلف اظهار داشتند از روی شک و تردید سخنی گفتند و عالم به آن نبودند جز آن که از پی گمان خود می‌رفتند و به طور یقین (شما مؤمنان بدانید که) مسیح را نکشتند».

فَقالَ لَهُ فِرْعَوْنُ إِنِّي لَأَظُنُّكَ يا مُوسى مَسْحُوراً (اسراء: ۱۰۱).

«... پس فرعون به او گفت ای موسی من تو را (ساحر و) سحرآموز می‌پندارم.» لَعَلِّي أَطَّلِعُ إِلى إِلهِ مُوسى وَ إِنِّي لَأَظُنُّهُ، مِنَ الْكاذِبِينَ (قصص: ۳۸).

«... تا من بر خدای موسی (اگر راست می‌گوید) مطلع شوم هر چند او را (در ادعای رسالت) دروغگو می‌پندارم.» معنای دوم ظن، همان علم غیر یقینی است که احتمال درستی و خطا، هر دو را می‌دهد. ظن در این معنا نوعی فرضیه است که برای تأیید یا نفی، نیاز به دلیل دارد. ظن به این معنا نظیر «فرضیه» علمی است که ما قبلا در جریان بحث درباره مراحل سیر تفکر از آن سخن گفتیم. از نمونه‌های ظن به این معنا، می‌توان از آیات سه‌گانه‌ای که در متن همین کتاب ذکر کرده‌ایم نام برد.

معنای سوم ظن، علمی است که درست بودنش، می‌چربد، یا علم با یقین به درستی است. از نمونه‌های این مورد، آیات زیر هستند:

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۱۸

انسان برای این که در موضوعی دارای تفکری سالم که منجر به شناخت حقیقت شود، باشد، می‌بایست به گردآوری مقدار زیادی سند و مدرک مربوط به همان موضوع بپردازد و این عمل از طریق مشاهده دقیق و کاوش منظم علم، صورت می‌پذیرد. «۱» ما قبلا اشاره کردیم که قرآن چه اندازه به مسأله تشویق انسان به مشاهده و تفکر و کاوش علمی،

وَ اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَ الصَّلاةِ وَ إِنَّها لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخاشِعِينَ الَّذِينَ يَظُنُّونَ أَنَّهُمْ مُلاقُوا رَبِّهِمْ وَ أَنَّهُمْ إِلَيْهِ راجِعُونَ (بقره: ۴۵، ۴۶).

«و از خدا به صبر و نماز یاری جویید که نماز در دین امری بزرگ و دشوار است مگر بر خدا پرستان، آنان که می‌دانند، در پیشگاه خدا حاضر خواهند شد و بازگشتشان به سوی او خواهد بود».

قالَ الَّذِينَ يَظُنُّونَ أَنَّهُمْ مُلاقُوا اللَّهِ كَمْ مِنْ فِئَةٍ قَلِيلَةٍ غَلَبَتْ فِئَةً كَثِيرَةً بِإِذْنِ اللَّهِ وَ اللَّهُ مَعَ الصَّابِرِينَ (بقره: ۲۴۹).

«... آنان که به لقای رحمت خدا و ثواب آخرت معتقد بودند ثابت قدم مانده و گفتند چه بسیار باشد که به یاری خدا گروهی اندک بر سپاهی بسیار غلبه یافته، و خدا یار و معین صابران است.» وَ رَأَى الْمُجْرِمُونَ النَّارَ فَظَنُّوا أَنَّهُمْ مُواقِعُوها وَ لَمْ يَجِدُوا عَنْها مَصْرِفاً (کهف: ۵۳).

«و آن‌گاه مردم بدکار آتش دوزخ را به چشم مشاهده کنند تا بدانند که در آن خواهند افتاد و از آن مفرّی ندارند.» وَ ضَلَّ عَنْهُمْ ما كانُوا يَدْعُونَ مِنْ قَبْلُ وَ ظَنُّوا ما لَهُمْ مِنْ مَحِيصٍ (فصلت: ۴۸).

«و معبودان باطلی که در دنیا عبادت می‌کردند همه از نظرشان محو و نابود شود و آن زمان بدانند که از آتش قهر خدا هیچ مفرّ و نجاتی بر آنها نیست.»

(۱)- اهتمام قرآن نسبت به تشویق مردم به مشاهده و دقت و استقراء و کاوش علمی، از مهمترین عواملی بود که اندیشمندان مسلمان را به تحصیل فعالانه و مجدانه دانش، با عقلی باز و آزاد از قید و بندهایی که در آن زمان عقول اندیشمندان اروپایی را به بند کشیده بود، وادار کرد و این خود به شتابگیری پیشرفت علمی در میان مسلمانان کمک کرد. این نهضت علمی مسلمانان، در آینده

بزرگترین اثر را در بیداری اندیشه اروپایی در طول مدت رنسانس اروپایی، داشته است. چون اندیشمندان اروپایی از تحقیقات مسلمانان و تألیفات علمی آنان، در زمینه‌های مختلف علوم، کمک گرفتند، چنان که از روش آنها در تحقیق نیز بهره جستند. کتب دانشمندان مسلمان در خلال قرون وسطی و حتی، اندکی پیش از رنسانس جدید اروپا، در دانشگاههای آن‌جا تدریس می‌شد.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۱۹

اهمیت می‌دهد.

۳- طرفداری انفعالی و عاطفی

خواسته‌ها و انگیزه‌ها و انفعالها و عواطف انسان در تفکر او تأثیر می‌گذارند و باعث می‌شوند که انسان در دام خطاهای ناشی از هواداری بیجا بیفتد. برخی از بررسیهای تجربی جدید در روان‌شناسی، بروز خطا در تفکر در نتیجه هواداری انفعالی و عاطفی را ثابت کرده است. در یکی از این آزمایشها به گروهی از دانشجویان، تعدادی برهان قیاسی داده شد و از آنها خواسته شد که روشن کنند، آیا نتیجه حاصله (استنتاج) از دو مقدمه به کار گرفته شده در قیاس، منطقی است؟ شایسته یادآوری است که نصف این برهانهای قیاسی، مربوط به مسایل عادی زندگی بود و نصف دیگر آن، به اموری مربوط می‌شد که، ذاتا انفعال برانگیزند. از نتایج این آزمایش روشن شد که تعداد خطاهایی که تمام دانشجویان در برهانهای انفعال برانگیز دچار آن شدند، بیشتر از تعداد خطاهایی بود که در برهانهای معمولی و غیر انفعال برانگیز، پیش آمد. نتیجه این آزمایش روشن می‌کند که حالت انفعالی و عاطفی ما، در تفکر ما، تأثیر دارد و آن را به طرف «هواداری» و وقوع در خطا در جریان قضاوت و صدور حکم منحرف می‌سازد. «۱»

قرآن به تأثیر هوای نفس در انسان و انحراف تفکر او از گرایش درست که در نتیجه آن، انسان راهش را گم می‌کند و از فرق گذاشتن میان حق و باطل، نیکی و بدی و هدایت و گمراهی عاجز می‌شود، اشاره کرده است.

فَإِنْ لَمْ يَسْتَجِيبُوا لَكَ فَاعْلَمْ أَنَّما يَتَّبِعُونَ أَهْواءَهُمْ وَ مَنْ أَضَلُّ مِمَّنِ اتَّبَعَ هَواهُ بِغَيْرِ هُدىً مِنَ اللَّهِ ...

«پس هرگاه به تقاضای تو جواب نتوانند داد در این صورت بدان که این مردم تنها پیرو هوای نفسند و کیست (ستمگرتر و) گمراهتر از آن کسی که راه هدایت خدا را رها کرده و از هوای نفس خود پیروی کند ...» «۲»

---

(۱)- محمد عثمان نجاتی: علم النفس فی حیاتنا الیومیة، ۳۲۳، ۳۲۴.

(۲)- قصص: ۵۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۲۰

يا داوُدُ إِنَّا جَعَلْناكَ خَلِيفَةً فِي الْأَرْضِ فَاحْكُمْ بَيْنَ النَّاسِ بِالْحَقِّ وَ لا تَتَّبِعِ الْهَوى فَيُضِلَّكَ عَنْ سَبِيلِ اللَّهِ ...

«ای داود ما تو را در روی زمین مقام خلافت دادیم تا میان خلق خدا به حق حکم کنی و هرگز هوای نفس را پیروی نکنی که تو را از راه خدا گمراه سازد ...» «۱»

... فَلا تَتَّبِعُوا الْهَوى أَنْ تَعْدِلُوا ...

«... پس در حکم و شهادت پیروی هوای نفس مکنید تا عدالت نگاه دارید ...» «۲»

أَ فَرَأَيْتَ مَنِ اتَّخَذَ إِلهَهُ هَواهُ وَ أَضَلَّهُ اللَّهُ عَلى عِلْمٍ وَ خَتَمَ عَلى سَمْعِهِ وَ قَلْبِهِ وَ جَعَلَ عَلى بَصَرِهِ غِشاوَةً فَمَنْ يَهْدِيهِ مِنْ بَعْدِ اللَّهِ أَ فَلا تَذَكَّرُونَ «ای رسول ما می‌نگری آن را که هوای نفسش را خدای خود قرار داده و خدا او را دانسته (و پس از اتمام حجت) گمراه ساخته و مهر (قهر) بر گوش و دل او نهاده و بر چشم وی پرده ظلمت کشیده است، پس او را بعد از خدا دیگر که هدایت خواهد کرد؟ آیا متذکر این معنی نمی‌شوید.» «۳»

إِنْ هِيَ إِلَّا أَسْماءٌ سَمَّيْتُمُوها أَنْتُمْ وَ آباؤُكُمْ ما أَنْزَلَ اللَّهُ بِها مِنْ سُلْطانٍ إِنْ يَتَّبِعُونَ إِلَّا الظَّنَّ وَ ما تَهْوَى الْأَنْفُسُ وَ لَقَدْ جاءَهُمْ مِنْ رَبِّهِمُ الْهُدى «ای مشرکان این بتها جز نامهایی که شما و پدرانتان بر آنها نهاده‌اید چیز دیگری نیست و خدا هیچ دلیلی بر معبودیت آنها نازل نفرموده است و مشرکان چیزی

---

(۱)– ص: ۲۶.

(۲)– نساء: ۱۳۵.

(۳)– جاثیه: ۲۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۲۱

غیر گمان باطل و هوای نفس فاسد خود را در بت‌پرستی پیروی نمی‌کنند و از جانب خدایشان هدایت بر آنها آمد.» «۱»

بَلِ اتَّبَعَ الَّذِينَ ظَلَمُوا أَهْواءَهُمْ بِغَيْرِ عِلْمٍ ...

«آری مردم ستمکار (مشرک) هوای نفس خود را، از جهل و نادانی پیروی کردند ...» «۲»

---

(۱)– نجم: ۲۳.

(۲)– روم: ۲۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۲۳

فصل پنجم یادگیری در قرآن

اشاره

یکی از موهبتهای خداوند متعال بر انسان– علاوه بر اعطای نعمت ادراک حسی و تفکر– این است که به او نوعی استعداد فطری، برای یادگیری و کسب معارف و علوم و مهارتها و صنایع مختلف، عطا کرده است که مایه افزایش توان انسان در تحمل بار مسؤولیت زندگی در این جهان و در نتیجه سبب عمران و آبادانی آن می‌شود و به او امکان می‌دهد که تواناییها و مهارتهای خویش را افزایش دهد تا به آنچه که خداوند بنا به خواست خود برایش تضمین کرده است به مراحلی از رشد و کمال انسان برسد.

الف– منابع دانش

انسان، علم یا معرفت را از دو منبع اصلی فرا می‌گیرد: منبع الهی و منبع بشری. این دو نوع علم مکمل یکدیگرند و اساسا بازگشتشان به خداوند متعال است که انسان را آفرید و به او دستگاهها و وسایلی برای ادراک و کسب دانش عطا کرد. «۱» منظور ما از علمی که از منبع الهی صادر می‌شود، همان علمی است که مستقیما از جانب خدا و از طریق وحی یا الهام یا رؤیای صادق به ما می‌رسد. مقصود از علمی که دارای منشأ بشری است، همان علمی است که انسان آن را از طریق مهارتهای شخصی، و تلاش مخصوصی که در

---

(۱)– عبدالفتاح جلال: من الاصول التربویة فی الاسلام، مرکز بین المللی آموزش اجباری بزرگسالان در جهان عرب، جمهوری عربی مصر، ۱۹۷۷، ص ۹۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۲۴

زندگی، ضمن کسب اطلاعات و مشاهدات و نیز کوششی که برای حل مشکلات خویش می کند، از طریق آزمایش و خطا، یا از راه تربیت و آموزش والدین و مؤسسات آموزشی و یا از طریق بحث علمی، فرا می گیرد.

ما در این فصل، علمی را که انسان، از منبع بشری فرا می‌گیرد مورد بررسی قرار خواهیم داد و سخن درباره علمی که انسان آن را از خداوند به طریق وحی یا الهام و یا رؤیای صادق فرا می‌گیرد، به فصل آینده موکول می کنیم.

ب- یادگیری زبان

یکی از بزرگترین نعمتهایی که خداوند به انسان اختصاص داده و به سبب آن او را بر حیوان برتری بخشیده است، توانایی انسان در یادگیری زبان است. زبان در واقع وسیله و ابزار اصلی انسان برای تفکر و کسب معرفت و تحصیل دانش است، زیرا، زبان به اعتبار این که سمبل مفاهیم است، انسان را قادر ساخته است که در جریان تفکر، کلیه مفاهیم را به طریق سمبلیک دریابد و این امر به او کمک کرد تا به چنین پیشرفت عظیمی یعنی، کسب معارف و فراگیری علوم و صنایع مختلف، که تاکنون بشر به آن رسیده است، دست یابد.

حیوانات پستاندار نیز می‌توانند مفاهیم را بسازند. تحقیقات روان‌شناسان جدید ثابت کرده است که حیوانات پستاندار می‌توانند به نحو مخصوصی از میان تمام شکلهای هندسی دیگر، فقط شکل «مثلث» را تشخیص داده و در برابرش عکس العمل نشان دهند و این دلالت می کند که حیوان می‌تواند مفهوم «مثلث» را در ذهن خود بسازد، اما نمی‌تواند «واژه‌ای» بیاموزد که نشان دهنده مفهوم «مثلث» باشد. کودکان خردسال نیز پیش از یادگیری زبان، یعنی پیش از آن که واژه‌هایی بیاموزند که نشان دهنده مفاهیم باشند، می‌توانند مانند حیوان مفاهیمی در ذهن خود بسازند، «۱» اما وقتی کودک شروع به یادگیری زبان می کند، به سرعت نوعی «خزانه لغت» برای خود تشکیل می‌دهد که او را قادر می‌سازد در جریان تفکر به مفاهیم مختلف، حتی خارج از مرز زمان و مکان دست

---

(۱)- محمد عثمان نجاتی: علم النفس فی حیاتنا الیومیة، ۳۱۰- ۳۱۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۲۵

یابد. بنابراین، می‌تواند به گذشته و آینده بیندیشد و چیزهایی تازه یاد بگیرد و روابط بین اشیا را کشف و اصول و قوانینی را استنباط کند و نیز با به کار انداختن قوّه ابتکارش، به اختراع چیزهایی نایل شود.

ج- حضرت آدم علیه السّلام و یادگیری زبان

از آن جا که زبان، اهمیتی عظیم در زندگی انسان دارد و او را قادر به پیشرفت دایمی در یادگیری و تفکر می‌سازد، نخستین چیزی که خداوند متعال به حضرت آدم علیه السّلام تعلیم داد، اسامی تمام چیزها بود:

وَ عَلَّمَ آدَمَ الْأَسْماءَ کُلَّها ثُمَّ عَرَضَهُمْ عَلَی الْمَلائِکَةِ فَقالَ أَنْبِئُونِی بِأَسْماءِ هؤُلاءِ إِنْ کُنْتُمْ صادِقِینَ قالُوا سُبْحانَکَ لا عِلْمَ لَنا إِلَّا ما عَلَّمْتَنا إِنَّکَ أَنْتَ الْعَلِیمُ الْحَکِیمُ قالَ یا آدَمُ أَنْبِئْهُمْ بِأَسْمائِهِمْ فَلَمَّا أَنْبَأَهُمْ بِأَسْمائِهِمْ قالَ أَ لَمْ أَقُلْ لَکُمْ إِنِّی أَعْلَمُ غَیْبَ السَّماواتِ وَ الْأَرْضِ وَ أَعْلَمُ ما تُبْدُونَ وَ ما کُنْتُمْ تَکْتُمُونَ «و خدای عالم همه اسماء را به آدم تعلیم داد آن‌گاه حقایق آن اسماء را در نظر فرشتگان پدید آورد و فرمود اگر شما در ادعای خود صادقید اسماء اینان را بیان کنید. فرشتگان عرض کردند، ای خدای پاک و منزّه ما نمی‌دانیم جز آنچه تو خود به ما تعلیم فرمودی تویی دانا و حکیم. خداوند فرمود ای آدم، ملائکه را به حقایق این اسماء آگاه ساز، چون آنان را آگاه ساخت خدا فرمود: ای فرشتگان اکنون دانستید که من بر غیب آسمانها و زمین دانا و بر آنچه آشکار و پنهان دارید،

آگاهم.» «۱»

یادگیری نامهای اشیا به معنای یادگیری «واژه‌ها» یی است که سمبل مفاهیم یا معانی کلی هستند. زیرا وقتی مثلا نام «اسب» را بر گروهی مشخص از حیوانها اطلاق می کنیم،

---

(۱)- بقره: ۳۱- ۳۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۲۶

در واقع نوعی نشانه زبانی به کار می گیریم که بر مفهوم یا معنایی کلی دلالت می کند و بر تمام اسبها منطبق است. به همین دلیل ما از این سخن خداوند: «وَ عَلَّمَ آدَمَ الْأَسْماءَ کُلَّها» می‌فهمیم که خداوند متعال به آدم علیه السّلام زبانی یاد داد که همه اشیا را با آن نامگذاری کند یعنی، در واقع به او اسامی و نامهایی تعلیم داد که سمبل مفاهیم هستند.

یادگیری یک «اسم» که به مفهوم معینی اشاره دارد، متضمن شناخت صفتها و ویژگیهایی نیز می‌شود که همه افراد همان نوعی که این مفهوم آنها را در بر می گیرد، در آنها مشترک هستند. مثلا وقتی ما به کارگیری واژه «اسب» را می‌آموزیم تا بدین وسیله به کلیه اسبهایی که می‌بینیم اشاره کنیم، این موضوع خود متضمن این فرض نیز هست که ما قبلا می‌دانیم که تمام اسبهای مورد مشاهده ما در صفتهای مشخص با هم وجه اشتراک دارند. به همین دلیل ما از این سخن خداوند متعال «وَ عَلَّمَ آدَمَ الْأَسْماءَ کُلَّها» این موضوع را نیز می‌فهمیم که حق تعالی به آدم علیه السّلام علاوه بر اسامی، صفتها و ویژگیها و کردارهای این اشیاء را نیز تعلیم داده است. «۱»

پس از حضرت آدم ابو البشر که تجربه این کار آموزشی را گذراند، همه افراد ذریه‌اش نیز آن را تجربه خواهند کرد. زیرا انسان از زمان کودکی مشاهده می کند که برخی چیزها در بعضی خصایص، مشابه یکدیگرند و در پاره‌ای از خصایص دیگر با هم اختلاف دارند. انسان نمی‌تواند همه چیزهای زیادی را که در اطرافش وجود دارد ادراک کند و از آنها به دلیل این که هر کدامشان از دیگری مستقل و جداست، تأثیر پذیرد بلکه، علاقه دارد کار ادراک این چیزهای فراوانی را که در اطرافش وجود دارد، تعمیم دهد و این عمل از طریق گردآوری و قرار دادن چیزهایی که در برخی از خصایص شبیه همدیگرند، در یک گروه یا نوعی مشخص صورت می گیرد و برایشان مفهومی معین تشکیل داده و نام مشخصی بر آنها می‌نهد و در برابر همه آنها یک نوع عکس العمل انجام می‌دهد. به این ترتیب، انسان به طبقه‌بندی اشیاء می‌پردازد تا از کثرت و پیچیدگی چیزهای اطراف خود کم کند و این کار، با گسترش و تعمیم آنها از طریق ساختن «مفهومی» که موارد زیاد و

---

(۱)- ابن کثیر در تفسیر این آیه می گوید: «... خداوند به آدم علیه السّلام اسامی همه چیزها را یاد داده است، یعنی ذات چیزها و صفتها و کردارهای آنها را به آدم تعلیم داده است.» تفسیر ابن کثیر، ج ۱، ص ۷۲- ۷۵.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۲۷

گوناگونی را شامل شود و ساختن «اسمی» که نشانه آن مفهوم باشد، انجام می‌پذیرد.

مسأله قدرت و توانایی انسان در یادگیری زبان، به سرعت تشکیل مفاهیم و به کارگیری آنها در کار تفکّر و یادگیری اطلاعات تازه، کمک کرده است. «۱» چون انسان با بهره‌گیری از مفاهیم در جریان تفکر و با به کارگیری واژه‌ها به عنوان سمبلهایی از این مفاهیم، توانست به طور سمبلیک در خلال تفکر خود به تمام چیزها دست یابد. او همچنین توانست در سیر تفکر، به کار تجزیه و ترکیب و مقایسه و تشخیص و کشف روابط و استنباط اصول و قوانین بپردازد که این خود به کار پیشرفت تکامل کاوشهای علمی، سرعت بخشیده است.

قرآن کریم، مبیّن اهمیّت آموزش زبان در زندگی انسان است و به همین دلیل در نخستین سوره‌ای که نازل شده، انسانها را به

«خواندن» تشویق کرده است. این سوره به موهبت خداوند متعال نسبت به انسان، اشاره دارد. زیرا، خداوند در طبیعت انسان، توانایی یادگیری زبان و خواندن و نوشتن و فراگیری دانش و صنایع مختلف و هدایت و ایمان را، ایجاد کرده است. همچنین در او چیزهایی آفریده است که پیش از هدایت خدا، به آنها علم نداشت و چیزی درباره‌شان نمی‌دانست. خدای عزّ و جلّ در این خصوص می‌فرماید:

اقْرَأْ بِاسْمِ رَبِّکَ الَّذِی خَلَقَ خَلَقَ الْإِنْسانَ مِنْ عَلَقٍ اقْرَأْ وَ رَبُّکَ الْأَکْرَمُ الَّذِی عَلَّمَ بِالْقَلَمِ عَلَّمَ الْإِنْسانَ ما لَمْ یَعْلَمْ « (ای رسول گرامی برخیز و) قرآن را به نام پروردگارت که خدای آفریننده عالم است بر خلق قراءت کن. آن خدایی که آدمی را از خون بسته بیافرید. بخوان قرآن را و (بدان که) پروردگار تو کریمترین کریمان است. آن خدایی که بشر را علم نوشتن با قلم آموخت و به آدم آنچه را که نمی‌دانست به الهام خود تعلیم داد.» «۲»

---

(۱)- محمد عثمان نجاتی: علم النفس فی حیاتنا الیومیة، ۳۱۰- ۳۱۲.

(۲)- علق: ۱- ۵.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۲۸

قرآن وجه تمایز انسان را از دیگر آفریده‌ها، یادآوری کرده و این وجه تمایز، همان توانایی او در یادگیری و به کار بستن زبان به منظور اظهار فضیلت وجودی خویش است.

خَلَقَ الْإِنْسانَ عَلَّمَهُ الْبَیانَ « (خدا) انسان را آفرید. و به او تعلیم نطق و بیان فرمود.» «۱»

د- فراگیری قدرت انتخاب و تصمیم‌گیری

قرآن و روان‌شناسی ۲۲۸ د - فراگیری قدرت انتخاب و تصمیم گیری ..... ص : ۲۲۸

اوند، اراده فرمود که به والدین ما، حضرت آدم و حوّا علیهما السّلام برخی عادتهای مفید رفتاری را بیاموزد، رفتارهایی که با طبیعت مادی و روحی ساختار بشری آن دو، و برخوردی که میان خواسته‌های جسمی و روحی آنها بروز می‌کند، سازگاری دارند.

خواست خدا چنین بود که به آنها قدرت انتخاب و تصمیم گیری و تحمل مسؤولیت کارهای اختیاری را که انجام می‌دهند و تصمیماتی را که اتخاذ می‌کنند، تعلیم دهد. به این ترتیب که آنها را از نزدیک شدن به آنها «درخت» نهی کرد.

وَ قُلْنا یا آدَمُ اسْکُنْ أَنْتَ وَ زَوْجُکَ الْجَنَّةَ وَ کُلا مِنْها رَغَداً حَیْثُ شِئْتُما وَ لا تَقْرَبا هذِهِ الشَّجَرَةَ فَتَکُونا مِنَ الظَّالِمِینَ فَأَزَلَّهُمَا الشَّیْطانُ عَنْها فَأَخْرَجَهُما مِمَّا کانا فِیهِ وَ قُلْنَا اهْبِطُوا بَعْضُکُمْ لِبَعْضٍ عَدُوٌّ وَ لَکُمْ فِی الْأَرْضِ مُسْتَقَرٌّ وَ مَتاعٌ إِلی حِینٍ فَتَلَقَّی آدَمُ مِنْ رَبِّهِ کَلِماتٍ فَتابَ عَلَیْهِ إِنَّهُ هُوَ التَّوَّابُ الرَّحِیمُ «و گفتیم ای آدم تو با جفت خود در بهشت جای گزین و در آن جا از هر نعمت که بخواهید بی‌هیچ زحمت برخوردار شوید ولی به این درخت (گندم یا سیب) نزدیک نشوید که از ستمکاران خواهید بود. پس شیطان آدم و حوا را به لغزش

---

(۱)- رحمن: ۲، ۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۲۹

افکند تا از آن درخت خوردند و بدین عصیان آنان را از آن مقام بیرون آورد، پس گفتیم که از بهشت فرود آیید که برخی از شما برخی را دشمنید و شما را در زمین تا روز مرگ قرار و آرامگاه خواهد بود. پس آدم از خدای خود کلماتی آموخت که موجب پذیرفتن توبه او گردید زیرا خدا مهربان و توبه‌پذیر است.» «۱»

بدیهی است که چنین آموزشی به منظور تمرین والدین ما، آدم و حوا علیهما السّلام و آمادگی آنها برای زندگی آینده‌شان در روی زمین- که از طرف خداوند برای آنها مقدّر شده بود- ضرورت داشت و این بدان سبب بود که آنها بزودی در روی زمین با مسائل بسیاری روبرو می‌شدند که می‌بایست در قبال آنها موضعگیری کنند و یا در مورد آنها حکم صادر و از میان آنها انتخاب کنند. آنها همچنین می‌بایست مسؤولیّت گزینشها و تصمیم‌گیریهای خود را نیز به عهده بگیرند.

ه- راههای یادگیری در قرآن

اشاره

انسان از راههای گوناگون به یادگیری می‌پردازد. مثلا گاهی از طریق تقلید، چیزهایی می‌آموزد. به عنوان مثال، کودک معمولا از پدر و مادر خود تقلید می‌کند و بسیاری از عادات و رفتارها را از آنها فرا می‌گیرد. همچنین انسان، از طریق آزمایش عملی یا روش آزمایش و خطا، بسیاری از راه‌حلهای مفید مشکلات زندگی خود را می‌آموزد و همین موضوع در گذران زندگی برایش سودمند است. گاهی هم انسان از طریق تفکر و استدلال عقلی چیزهایی می‌آموزد.

۱- تقلید

انسان، بسیاری از رفتارها و عادتهای خود را در مرحله آغازین زندگی، از طریق تقلید از والدین و برادران و خواهران خود یاد می‌گیرد. مثلا- سعی می‌کند زبان را با تقلید از والدین و برادران و خواهران خویش در تلفظ برخی از مقاطع صوتی که آنها در برابرش

---

(۱)- بقره: ۳۵- ۳۷.

بارها تکرار می‌کنند، یاد بگیرد. همان طور که تلاش می‌کند راه رفتن و حفظ تعادل بدن و حرکت دادن پاها را نیز از والدین و برادران و خواهران خود بیاموزد. به این ترتیب انسان بسیاری از عادتها و رفتارها را از طریق تقلید از افراد خانواده خود می‌آموزد.

قرآن نمونه‌ای ذکر کرده است که در آن چگونگی فراگیری انسان از طریق تقلید را بیان می‌کند، آن جا که داستان قابیل را نقل می‌کند که برادرش هابیل را کشت، اما نمی‌دانست با جسد برادر چه کند؟ در این جا خداوند کلاغی فرستاد که مشغول کندن زمین شد تا کلاغ مرده‌ای را دفن کند. قابیل از کلاغ آموخت که چگونه جسد برادرش را پنهان سازد.

فَبَعَثَ اللَّهُ غُراباً یَبْحَثُ فِی الْأَرْضِ لِیُرِیَهُ، کَیْفَ یُوارِی سَوْأَةَ أَخِیهِ قالَ یا وَیْلَتی أَ عَجَزْتُ أَنْ أَکُونَ مِثْلَ هـذَا الْغُرابِ فَأُوارِیَ سَوْأَةَ أَخِی فَأَصْبَحَ مِنَ النَّادِمِینَ «آن‌گاه خدا کلاغی را برانگیخت که زمین را با چنگال گود کند تا به او بنماید که چگونه جسد برادر را زیر خاک پنهان سازد (قابیل) با خود گفت ای وای بر من، آیا من از آن عاجزترم که مانند این کلاغ باشم تا جسد برادر را زیر خاک پنهان کنم پس (برادر را به خاک سپرد) و از این کار سخت پشیمان گردید.» «۱»

از آن جا که انسان طبیعهٔ به تقلید علاقه دارد و بسیاری از رفتارهای خود را از طریق آن یاد می‌گیرد، در تعلیم و تربیت، وجود یک الگوی نیک و شایسته، اهمیت زیادی دارد.

پیامبر اسلام صلّی اللّه علیه و آله خود الگویی شایسته برای اصحاب بود که چگونگی انجام عبادتها را از آن بزرگوار می‌آموختند، مثلا- آن حضرت را در حال وضو، نماز و انجام مناسک حج می‌دیدند و چگونگی انجام آنها را از طریق تقلید و اقتدای به آن

بزرگوار، یاد می گرفتند.

از ابی حازم روایت شده است که یک بار پیامبر اکرم صلّی اللّه علیه و آله بر روی منبر نماز خواند، وقتی نمازش تمام شد رو به مردم کرد و فرمود: «یا ایها الناس انی انما صنعت هذا لتأتمّوا بی و

---

(۱)- مائده: ۳۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۳۱

لتعلموا صلاتی» «۱» «ای مردم، من این کار را بدین خاطر انجام دادم که شما از من پیروی کنید و کیفیت خواندن نماز را از من یاد بگیرید.» در واقع پیامبر اکرم صلّی اللّه علیه و آله برای اصحاب، سرمشقی نیکو بود و نه تنها چگونگی انجام عبادتها را از آن بزرگوار می‌آموختند، بلکه حسن رفتار و اخلاق پسندیده و بطور کلی آداب برخورد و رفتار انسانی را نیز یاد می گرفتند. قرآن ما را به پیروی از پیامبر اکرم صلّی اللّه علیه و آله و فراگیری از آن حضرت، سفارش کرده است.

لَقَدْ کانَ لَکُمْ فِی رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِمَنْ کانَ یَرْجُوا اللَّهَ وَ الْیَوْمَ الْآخِرَ وَ ذَکَرَ اللَّهَ کَثِیراً «البته شما را در اقتدای به رسول خدا چه در صبر و مقاومت با دشمن و چه دیگر اوصاف و افعال نیکو، خیر و سعادت بسیار است برای آن کس که به ثواب خدا و روز قیامت امیدوار باشد و یاد خدا بسیار کند.» «۲»

قرآن، از مسلمانان خواسته است که در بیزاری از قوم مشرک خود، از ابراهیم علیه السّلام و مؤمنان همراهش پیروی کنند و از آنها دعوت کرده است که مانند حضرت ابراهیم علیه السّلام از دوستی با خویشاوندان مشرک، پرهیز کنند.

قَدْ کانَتْ لَکُمْ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ فِی إِبْراهِیمَ وَ الَّذِینَ مَعَهُ إِذْ قالُوا لِقَوْمِهِمْ إِنَّا بُرَآؤُا مِنْکُمْ وَ مِمَّا تَعْبُدُونَ مِنْ دُونِ اللَّهِ کَفَرْنا بِکُمْ وَ بَدا بَیْنَنا وَ بَیْنَکُمُ الْعَداوَةُ وَ الْبَغْضاءُ أَبَداً حَتَّی تُؤْمِنُوا بِاللَّهِ وَحْدَهُ ...

«برای شما مؤمنان بسیار پسندیده و نیکوست که به ابراهیم و اصحابش اقتدا

---

(۱)- حدیث شماره ۴۰۸. مختصر صحیح مسلم، حافظ المنذری.

(۲)- احزاب: ۲۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۳۲

کنید که آنها به قوم (مشرک) خود گفتند ما از شما و بتهای شما که به جای خدا می‌پرستید بکلی بیزاریم، ما مخالف و منکر شماییم و همیشه میان ما و شما کینه و دشمنی خواهد بود تا وقتی که تنها به خدای یگانه ایمان آورید ...» «۱»

لَقَدْ کانَ لَکُمْ فِیهِمْ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِمَنْ کانَ یَرْجُوا اللَّهَ وَ الْیَوْمَ الْآخِرَ وَ مَنْ یَتَوَلَّ فَإِنَّ اللَّهَ هُوَ الْغَنِیُّ الْحَمِیدُ «البته برای شما مؤمنان هر که به خدا و ثواب عالم آخرت امیدوار است اقتدا به ابراهیم و یارانش نیکوست و هر که روی از خدا بگرداند خدا (از اطاعت خلق) کاملا بی‌نیاز و به ذات خود ستوده است.» «۲»

قرآن از پیامبر صلّی اللّه علیه و آله اسلام خواسته است که به پیامبران و رسولان گذشته، در عقیده توحید و کارهای با فضیلت که خدا آنها را به سوی آن هدایت کرده است، اقتدا کند.

أُولئِکَ الَّذِینَ هَدَی اللَّهُ فَبِهُداهُمُ اقْتَدِهْ ...

«آنها (پیامبران) کسانی بودند که خدا خود، آنان را هدایت کرد تو نیز از راه آنها پیروی کن ...» «۳»

انسان از طریق یک الگوی خوب، عادتهای نیکو و اخلاق شایسته را می‌آموزد، همان‌طور که از طریق الگوی بد و نااهل، عادتهای بد و اخلاق زشت را یاد می گیرد. ما قبلا هنگام بحث درباره جمود تفکر، در فصل چهارم که به موضوع «تفکر در قرآن» اختصاص

داشت، به این مسأله اشاره کردیم، که اقتدا به پدران در عبادتها و پایبندی به

---

(۱)- ممتحنه: ۴.

(۲)- ممتحنه: ۶.

(۳)- انعام: ۹۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۳۳

افکار و سنتهای آنان، از مشکلاتی بود که پیامبران اعم از مرسل و غیرمرسل، در طول قرون از آن رنج می‌بردند و همین مشکلات، در واقع مانع پذیرش دعوت توحیدی از سوی مشرکان بود.

۲- آزمایش عملی و آزمایش و خطا

انسان، از طریق تجربه عملی در رویارویی با مشکلات گوناگون زندگی و تلاش برای حل و غلبه بر آنها، به فراگیری می‌پردازد. او، در زندگی خود، همواره با مسائل تازه‌ای روبرو می‌شود که از قبل نیاموخته است که چگونه در برابر آنها عکس العمل نشان دهد و چه رفتاری داشته باشد. او، همواره در چنین مواردی خود را طوری وفق می‌دهد که در شرایط مختلف، رفتارهای گوناگون داشته باشد که البته گاهی اشتباه و گاهی نیز درست عمل می‌کند. به این ترتیب، انسان همواره از طریق آنچه که روان شناسان آن را «آزمایش و خطا» می‌نامند چگونگی برخورد با مسائل جدید و راه‌حلهای مشکلاتی را که عملا در زندگی با آنها مواجه می‌شود، می‌آموزد.

قرآن در بسیاری از آیات، مردم را به سیر و گردش در روی زمین و مشاهده نشانه‌های خدا در هستی، و تفکر درباره آنها، تشویق کرده است. ما در فصل گذشته که به موضوع «تفکر در قرآن» اختصاص داشت، بسیاری از این آیات را ذکر کردیم. شکی نیست که اهتمام قرآن به فراخوانی مردم برای مشاهده هستی و تفکر در آن و در آفریده‌های آن بروشنی نشان می‌دهد که قرآن به مسأله دعوت از مردم برای فراگیری از طریق مشاهده دقیق اشیاء و آزمایش عملی در زندگی، و همچنین از طریق تأثیر و تأثر در هستی و مخلوقات و وقایع آن،- چه از طریق تجربه عملی و آزمایش و خطا، و چه از طریق تفکر، که ما در آینده آن را مورد بحث قرار خواهیم داد- اهمیّت زیادی قایل است.

قرآن به این نوع فراگیری که از طریق تجربه عملی یا به روش «آزمایش و خطا» صورت می‌گیرد، چنین اشاره می‌کند:

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۳۴

يَعْلَمُونَ ظاهِراً مِنَ الْحَياةِ الدُّنْيا وَ هُمْ عَنِ الْآخِرَةِ هُمْ غافِلُونَ «اکثر به امور ظاهری زندگی دنیا آگاهند و از عالم آخرت (و وعده ثواب و عقاب حق) بکلّی بی‌خبرند.» «۱»

قرطبی در تفسیر آیه: «يَعْلَمُونَ ظاهِراً مِنَ الْحَياةِ الدُّنْيا» چنین می‌گوید: «یعنی آنها امور معیشتی و دنیوی خود را می‌دانند، مثلا می‌دانند چه وقت زراعت، و چه وقت درو کنند، چگونه درخت بکارند و چگونه خانه و ساختمان بسازند.» «۲» ابن کثیر هم در تفسیر همین آیه چنین می‌گوید: «یعنی بیشتر مردم تنها به دنیا و منافع و شؤون دنیوی و چیزهای موجود در آن، علم و آگاهی دارند، آنها در به دست آوردن دنیا و راههای کسب درآمد، بسیار ماهر و باهوش هستند.» «۳»

۳- تفکّر

انسان از طریق تفکّر نیز به یادگیری می‌پردازد، زیرا وقتی درباره حل مشکل مشخصی فکر می‌کند در واقع به نوعی آزمایش و

خطای ذهنی دست می‌زنـد، او بـا این کار در ذهن خود راه‌حلهای گوناگون آن مشکل را مورد ارزیابی قرار می‌دهـد و راه حلهای اشتباه یا غیرمناسب را رد می‌کنـد، سپس به انتخاب راه حلی که مناسب و درست تشخیص داده است، می‌پردازد. بنابراین انسان از طریق تفکّر برای حل مشکلات خود راه حلهای اشتباه یا غیر مناسب را رد می‌کند، سپس به انتخاب راه حلی که مناسب و درست تشخیص داده است، می‌پردازد. بنابراین انسان از طریق تفکّر برای حل مشکلات خود راه‌حلهای جدیدی یاد می‌گیرد و روابط میان اشیاء و رویدادها را کشف و نیز اصول و نظریه‌های جدیدی را استنباط می‌کند و به نوآوریها و ابداعهای تازه‌ای راهنمایی می‌شود. به همین دلیل روان‌شناسان جدید، این نوع یادگیری را «فرایند عالی یادگیری»

---

(۱)- روم: ۷.

(۲)- تفسیر قرطبی، جلد ۱۴، ص ۷.

(۳)- تفسیر ابن کثیر، جلد ۳، ص ۴۲۷.

می‌نامند.

بحث و گفتگو و رایزنی بـا صاحبنظران از جمله عواملی هسـتند که به روشن شـدن تفکّر کمک می‌کننـد و خود این روشن‌اندیشـی مایه راهنمایی انسان به حقیقت و رسیدن به راه‌حلهای صحیح مشکلاتی است که به وجود می‌آیند. قرآن مردم را به مشورت ترغیب می‌کنـد و برتری مؤمنـانی را که برای رسـیدن به حقیقت و تحقق عـدالت در جـامعه، در کارهای خود با دیگران مشورت می‌کننـد، یادآوری کرده است.

وَ الَّذِينَ اسْتَجابُوا لِرَبِّهِمْ وَ أَقامُوا الصَّلاةَ وَ أَمْرُهُمْ شُورى بَيْنَهُمْ وَ مِمَّا رَزَقْناهُمْ يُنْفِقُونَ «و آنان که امر خدا را اجابت و اطاعت کردند و نماز به پا داشتند و کارشان را با مشورت یکدیگر انجام دهند و از آنچه روزی آنها کردیم به فقیران انفاق می‌کنند.» «۱»

خداوند عزّ و جلّ از پیامبر اکرم صلّی اللّه علیه و آله خواسته است که با اصحاب صاحبنظر خویش به مشورت بپردازد.

... وَ شاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ ...

«... و در کارها با آنها مشورت کن ...» «۲»

قرآن روش بحث و گفتگو را با مشرکان به کار برده و برای آنها دلایل عقلی- که بطلان بت‌پرستی را ثابت می‌کنند- آورده است تا نیروی تفکّر آنان درباره خدایانشان را برانگیزاند و آنها را در خصوص پستی و حقارت و ناتوانی بتها قانع سازد تا برایشان روشن شود که بتها سزاوار خداوندی نیستند. آیات زیر نمونه‌هایی از این مقوله هستند.

---

(۱)- شوری: ۳۸.

(۲)- آل عمران: ۱۵۹.

أَ يُشْرِكُونَ ما لا يَخْلُقُ شَيْئاً وَ هُمْ يُخْلَقُونَ وَ لا يَسْتَطِيعُونَ لَهُمْ نَصْراً وَ لا أَنْفُسَهُمْ يَنْصُرُونَ وَ إِنْ تَدْعُوهُمْ إِلَى الْهُدى لا يَتَّبِعُوكُمْ سَواءٌ عَلَيْكُمْ أَ دَعَوْتُمُوهُمْ أَمْ أَنْتُمْ صامِتُونَ إِنَّ الَّذِينَ تَدْعُونَ مِنْ دُونِ اللَّهِ عِبادٌ أَمْثالُكُمْ فَادْعُوهُمْ فَلْيَسْتَجِيبُوا لَكُمْ إِنْ كُنْتُمْ صادِقِينَ أَ لَهُمْ أَرْجُلٌ يَمْشُونَ بِها أَمْ لَهُمْ أَيْدٍ يَبْطِشُونَ بِها أَمْ لَهُمْ أَعْيُنٌ يُبْصِرُونَ بِها أَمْ لَهُمْ آذانٌ يَسْمَعُونَ بِها قُلِ ادْعُوا شُرَكاءَكُمْ ثُمَّ كِيدُونِ فَلا تُنْظِرُونِ «آیا موجوداتی را شریک خدا قرار می‌دهند که چیزی را نمی‌آفرینند و خودشان مخلوقند؟ و نمی‌توانند آنها را یاری کنند، و نه خودشان را یاری دهنـد. و هرگاه آنها را به سوی هـدایت دعوت کنید، از شـما پیروی نمی‌کنند، برای آنان تفاوت نمی‌کند چه

آنها را دعوت کنید و چه خاموش باشید. آنهایی را که غیر از خدا می‌خوانید (و پرستش می‌کنید) بندگانی همچون شما هستند، آنها را بخوانید و اگر راست می‌گویید باید به شما پاسخ دهند (و تقاضایتان را برآورند). آیا آنها (لا اقل همانند خود شما) پاهایی دارند که با آن راه بروند؟ یا دستهایی دارند که با آن چیزی را بگیرند (و کاری انجام دهند؟) یا چشمانی دارند که با آن ببینند؟ یا گوشهایی دارند که با آن بشنوند (نه، هرگز، هیچ کدام) بگو (اکنون که چنین است) این بتهایی را که شریک خدا قرار داده‌اید (بر ضدّ من) بخوانید و برای من نقشه بکشید و لحظه‌ای مهلت ندهید (تا بدانید کاری از آنها ساخته نیست)». «۱»

و- اصول یادگیری در قرآن

اشاره

اگر اصول مشخصی وجود داشته باشد کار یادگیری بآسانی و موفقیّت انجام می‌پذیرد. ولی در صورت نبودن این اصول، عمل یادگیری گاه بسیار مشکل خواهد شد و حتی به شکست می‌انجامد. ما اگر روشی را که قرآن برای دعوت به عقیده یکتاپرستی و تربیت مؤمنان و افشاندن بذر اصول و ارزشهای اسلامی در جان آنان در پیش گرفته

---

(۱)- اعراف: ۱۹۱- ۱۹۵.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۳۷

است، بررسی کنیم، می‌توانیم برخی از اصول مهم یادگیری را که قرآن برای تغییر رفتار مؤمنان و آموزش عقاید و ارزشهای اسلامی به آنان، به کار برده است، از همین روش استنتاج کنیم. بزودی خواهیم دید که روان‌شناسان در مسأله یادگیری، اهمیّت اصولی را که قرآن برای تربیت معنوی مؤمنان به کار گرفته است، تا همین اواخر یعنی اوایل قرن بیستم کشف نکرده بودند. ما می‌کوشیم در سطور آینده اصول یادگیری در قرآن را عرضه کنیم و مورد بررسی قرار دهیم.

۱- انگیزه

اشاره

انگیزه، در کار یادگیری اهمیت زیادی دارد. اگر برای دستیابی به هدفی مشخص، انگیزه‌ای نیرومند وجود داشته باشد، شرایطی مناسب نیز به وجود می‌آید تا انسان در تلاش به دست آوردن راههای درستی برای یادگیری و وصول به آن هدف باشد. انسان اگر با مشکلی روبرو شود و شدیدا احساس کند که به حل آن نیازمند است، معمولا به تلاشهای زیادی برای حل آن مشکل می‌پردازد تا سرانجام راه حل درست آن را یاد بگیرد.
بسیاری از آزمایشهای تجربی که بتازگی بر روی حیوان و انسان انجام شده، اهمیت انگیزه را در حصول یادگیری ثابت کرده است. قرآن به منظور تربیت معنوی مسلمانان، روشهای گوناگونی را برای تحریک انگیزه‌های آنان جهت یادگیری به کار برده است، مثلا از روش تشویق و تهدید و روش داستان‌گویی، استفاده کرده است، و نیز با بیان رویدادهای مهمّی که انگیزه‌ها و انفعالهای مردم را برمی‌انگیزاند، آنها را برای عبرت گرفتن از این وقایع تشویق می‌کند.

۱- ۱- برانگیختن انگیزه از طریق تشویق و تهدید

انسان وقتی انگیزه‌ای قوی برای دستیابی به هدفی مشخص داشته باشد، رسیدن به آن هدف که خود باعث ارضای انگیزه‌اش می‌شود، ثواب یا پاداشی به حساب می‌آید که مایه احساس لذت یا خوشحالی و خوشنودی وی می‌شود و شکست در رسیدن به هدف مزبور نوعی کیفر است که باعث احساس رنج یا دلتنگی و کدورت وی می‌شود.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۳۸

انسان- و همچنین حیوان- بالطبع به چیزی که مایه لذت باشد تمایل دارد و از چیزی که سبب رنج و درد است، پرهیز می‌کند. به همین دلیل انسان فطرهً به یادگیری رفتارها و کارهایی تمایل دارد که سرانجام به تحصیل ثواب منتهی می‌شوند و از اعمال و رفتارهایی که منجر به شکست یا کیفر می‌شود، دوری می‌کند. این حقیقت را آزمایشهای زیادی که روان‌شناسان جدید انجام داده‌اند، به اثبات رسانیده است.

قرآن در جریان فراخوانی مردم به سوی یگانه پرستی، به موضوع بیدار کردن انگیزه‌ها از طریق تشویق آنان به ثوابی که مؤمنان در بهشت نعیم از آن بهره خواهند برد و همچنین ترساندن آنان از کیفر یا عذابی که دامنگیر کافران در آتش دوزخ خواهد شد، اهمیّت داده است.

آیات تشویق که نعمتهای بهشتی را توصیف می‌کند، امید دستیابی به این نعمتها را در مسلمانان بر می‌انگیزد و آنها را به تقوا و اخلاص در انجام عبادتها و عمل صالح و جهاد در راه خدا و انجام کارهایی که موجب خوشنودی خدا و پیامبرش می‌شود، وا می‌دارد بدان امید که در زمره بهشتیان قرار گیرند. آیاتی که عذاب دوزخ را توصیف می‌کند، ترس از این عذاب دردناک را، که در انتظار کافران و منافقان و متمردان از اوامر خداوند متعال است، در آنان برمی‌انگیزد و همین مسأله آنها را به پرهیز از ارتکاب گناهان و معاصی و هرآنچه که موجب خشم خدا و رسول خدا می‌شود، وامی‌دارد بدان امید که خداوند ایشان را از عذاب دوزخ رهایی بخشد. به این ترتیب مسلمانان از دو انگیزه نیرومند متأثر هستند. یکی ایشان را به انجام عبادتها و وظایف و هر آنچه که شرع به انجام آن امر کرده است، و دیگری به پرهیز از ارتکاب گناهان و معاصی و هر آنچه که شرع آنها را از انجام آن نهی کرده است، وا می‌دارد. احساس این دو انگیزه نیرومند که مکمّل یکدیگرند و در هدف نیز هماهنگ با هم هستند، انسان را در آمادگی کامل برای اطاعت همه جانبه از خداوند متعال و پیامبر و دادن پاسخ مثبت به همه تکالیف و مسؤولیتهایی که از او خواسته شده است، نگه می‌دارد. همچنین او را برای نظامی جدید در زندگی که اسلام بدان راهنمایی می‌کند و روش تازه‌ای در زمینه اندیشه و رفتار و نیز دوری جستن از آنچه که خداوند متعال و پیامبر اکرم صلّی اللّه علیه و آله نهی کرده‌اند کاملا آماده می‌سازد.

اگر به آیات قرآن در این زمینه توجه کنیم، ملاحظه خواهیم کرد که قرآن در امر

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۳۹

برانگیختن انگیزه برای پذیرش اسلام نه تنها بر ترساندن مردم از عذاب دردناک آتش دوزخ تکیه نمی‌کند، بلکه همزمان با آن بر امر تشویق آنان به بهره بردن از نعمتهای بهشتی نیز تکیه می‌کند و این بدان سبب است که به کارگیری ترس تنها یا تشویق تنها، ممکن است آن فایده‌ای را که برای تعدیل رفتار و جهت دادن به آن، مورد نظر است، به بار نیاورد مثلا- به کارگیری ترس تنها، گاهی به تسلط حالت ترس بر نفس انسان منجر می‌شود و در نتیجه مایه یأس از رحمت خدا خواهد شد. از سوی دیگر استفاده از تشویق تنها گاهی منجر به حاکمیت مطلق «امید» به رحمت خداوند، بر نفس انسان می‌شود که ممکن است او را به تنبلی و سستی و غفلت بکشاند و در نتیجه آنچه را که مال او نیست از خدا بخواهد. «۱» در این خصوص پیامبر اکرم صلّی اللّه علیه و آله می‌فرماید: «ایمان به آرزو نیست، بلکه ایمان آن چیزی است که در قلب جای گرفته و عمل شخص آن را تصدیق کرده باشد. مردمی که امید آمرزش، آنها را مشغول بدارد تا این که از دنیا بروند در حالی که کار نیکی انجام نداده باشند و بگویند که ما به خدا حسن ظن داریم، دروغ می‌گویند، چون اگر به خدا حسن ظن می‌داشتند هر آینه کار نیک را به خاطر او انجام می‌دادند.» «۲»

به همین دلیل قرآن تنها بر ترساندن یا تشویق کردن تکیه نمی‌کند، بلکه بر آمیزه‌ای از این دو، یعنی ترس از عذاب و امیدواری به رحمت و ثواب خداوند تکیه می‌کند. قرآن در جریان توصیف برگزیدگان خداوند [پیامبران و بندگان صالح او] این مسأله را بیان کرده است و درباره آنها می‌فرماید:

... إِنَّهُمْ كانُوا يُسارِعُونَ فِي الْخَيْراتِ وَ يَدْعُونَنا رَغَباً وَ رَهَباً وَ كانُوا لَنا خاشِعِينَ «... آنها در نیکیها سرعت می‌کردند و به خاطر عشق (به رحمت) و ترس (از عذاب) ما را می‌خواندند، و برای ما خاشع بودند (خشوعی توأم با ادب و ترس از مسؤولیت).» «۳»

(۱)- محمد سعید رمضان البوطی: منهج تربوی فرید فی القرآن، منتشره در مجله «الوعی الاسلامی»، کویت، سال هفتم، شماره ۸۱، اکتبر ۱۹۷۱، ص ۷۴، ۷۵.

(۲)- البهی الخولی: آدم علیه السّلام، فلسفهٔ تقویم الانسان، ص ۱۸۵.

(۳)- انبیاء: ۹۰.

تَتَجافى جُنُوبُهُمْ عَنِ الْمَضاجِعِ يَدْعُونَ رَبَّهُمْ خَوْفاً وَ طَمَعاً وَ مِمَّا رَزَقْناهُمْ يُنْفِقُونَ «پهلوهایشان از بسترها در دل شب دور می‌شود (بپا می‌خیزند و رو به درگاه خدا می‌آورند)، پروردگار خود را با بیم و امید می‌خوانند و از آنچه به آنها روزی داده‌ایم انفاق می‌کنند». «۱»

این آمیزه ترس و امید، خود ضامن بیدار کردن انگیزه‌ای نیرومند در مسلمانان است تا نظام جدید زندگی را که اسلام ارائه کرده است و همچنین روشهای تازه اندیشه و رفتاری را که این نظام در بردارنده آن است، یاد بگیرند. آیات زیر از جمله آیات تشویق و تهدیدی هستند که در آنها نعمتی که مؤمنان در روز قیامت به آن دست خواهند یافت و نیز عذابی که دامنگیر کافران خواهد شد، ذکر شده است.

بَلى مَنْ كَسَبَ سَيِّئَةً وَ أَحاطَتْ بِهِ خَطِيئَتُهُ فَأُولئِكَ أَصْحابُ النَّارِ هُمْ فِيها خالِدُونَ وَ الَّذِينَ آمَنُوا وَ عَمِلُوا الصَّالِحاتِ أُولئِكَ أَصْحابُ الْجَنَّةِ هُمْ فِيها خالِدُونَ «آری کسانی که تحصیل گناه کنند و آثار گناه سراسر وجودشان را بپوشاند آنها اهل آتشند و جاودانه در آن خواهند بود. و آنها که ایمان آورده‌اند و اعمال صالح انجام داده‌اند اهل بهشتند و همیشه در آن خواهند ماند.» «۲»

لا يَغُرَّنَّكَ تَقَلُّبُ الَّذِينَ كَفَرُوا فِي الْبِلادِ مَتاعٌ قَلِيلٌ ثُمَّ مَأْواهُمْ جَهَنَّمُ وَ بِئْسَ الْمِهادُ لكِنِ الَّذِينَ اتَّقَوْا رَبَّهُمْ لَهُمْ جَنَّاتٌ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهارُ خالِدِينَ فِيها نُزُلًا مِنْ عِنْدِ اللَّهِ وَ ما عِنْدَ اللَّهِ خَيْرٌ لِلْأَبْرارِ

(۱)- سجده: ۱۶.

(۲)- بقره: ۸۱، ۸۲.

«رفت و آمد (پیروزمندانه) کافران در شهرها تو را فریب ندهد. این متاع ناچیزی است و سپس جایگاهشان دوزخ، و چه بد جایگاهی است. ولی آنها که (ایمان آوردند و) از پروردگارشان می‌پرهیزند، برای آنها باغهایی از بهشت است که از زیر درختان آن نهرها جریان دارد و همیشه در آن خواهند بود، این نخستین پذیرایی است که از خداوند به آنها می‌رسد و آنچه در نزد خداست برای نیکان بهتر است.» «۱»

إِنَّ الَّذِينَ كَفَرُوا بِآياتِنا سَوْفَ نُصْلِيهِمْ ناراً كُلَّما نَضِجَتْ جُلُودُهُمْ بَدَّلْناهُمْ جُلُوداً غَيْرَها لِيَذُوقُوا الْعَذابَ إِنَّ اللَّهَ كانَ عَزِيزاً حَكِيماً وَ الَّذِينَ آمَنُوا وَ عَمِلُوا الصَّالِحاتِ سَنُدْخِلُهُمْ جَنَّاتٍ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهارُ خالِدِينَ فِيها أَبَداً لَهُمْ فِيها أَزْواجٌ مُطَهَّرَةٌ وَ نُدْخِلُهُمْ ظِلًّا ظَلِيلًا

«کسانی که به آیات ما کافر شدند بزودی آنها را در آتشی وارد می‌کنیم که هرگاه پوستهای تن آنها (در آن) بریان گردد (و بسوزد) پوستهای دیگری به جای آن قرار می‌دهیم تا کیفر را بچشند، خداوند توانا و حکیم است (و روی حساب کیفر می‌دهد). و آنها که ایمان آوردند و عمل صالح انجام دادند بزودی آنها را در باغهایی از بهشت وارد می‌کنیم که نهرها از زیر درختان آن جاری است و همیشه در آن خواهند ماند و همسرانی پاکیزه برای آنها خواهد بود، و آنها را در سایه‌هایی که قطع نمی‌شود داخل می‌کنیم.» «۲»

وَعَدَ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا وَ عَمِلُوا الصَّالِحاتِ لَهُمْ مَغْفِرَةٌ وَ أَجْرٌ عَظِيمٌ وَ الَّذِينَ كَفَرُوا وَ كَذَّبُوا بِآياتِنا أُولئِكَ أَصْحابُ الْجَحِيمِ

---

(۱)- آل عمران: ۱۹۶- ۱۹۸.

(۲)- نساء: ۵۶، ۵۷.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۴۲

إِنَّهُ، مَنْ يَأْتِ رَبَّهُ مُجْرِماً فَإِنَّ لَهُ، جَهَنَّمَ لا يَمُوتُ فِيها وَ لا يَحْيى وَ مَنْ يَأْتِهِ مُؤْمِناً قَدْ عَمِلَ الصَّالِحاتِ فَأُولئِكَ لَهُمُ الدَّرَجاتُ الْعُلى

«خداوند به آنها که ایمان آورده‌اند و عمل صالح انجام داده‌اند وعده آمرزش و پاداش عظیمی داده است و کسانی که کافر شدند و آیات ما را تکذیب کردند اهل دوزخند.» «۱»

إِنَّهُ، مَنْ يَأْتِ رَبَّهُ مُجْرِماً فَإِنَّ لَهُ، جَهَنَّمَ لا يَمُوتُ فِيها وَ لا يَحْيى وَ مَنْ يَأْتِهِ مُؤْمِناً قَدْ عَمِلَ الصَّالِحاتِ فَأُولئِكَ لَهُمُ الدَّرَجاتُ الْعُلى

«هرکس مجرم در محضر پروردگارش حاضر شود آتش دوزخ برای اوست، که نه در آن می‌میرد و نه زنده می‌شود و هر کس مؤمن باشد و عمل صالح انجام داده باشد در محضر او حاضر شود درجات عالی برای اوست.» «۲»

فَالَّذِينَ آمَنُوا وَ عَمِلُوا الصَّالِحاتِ لَهُمْ مَغْفِرَةٌ وَ رِزْقٌ كَرِيمٌ وَ الَّذِينَ سَعَوْا فِي آياتِنا مُعاجِزِينَ أُولئِكَ أَصْحابُ الْجَحِيمِ «آنها که ایمان آوردند و عمل صالح انجام دادند آمرزش و روزی پرارزشی برای آنها است و آنها که (برای تخریب و محو) آیات ما تلاش کردند و چنین پنداشتند که می‌توانند بر اراده حتمی ما غالب شوند اصحاب دوزخند.» «۳»

الْمُلْكُ يَوْمَئِذٍ لِلَّهِ يَحْكُمُ بَيْنَهُمْ فَالَّذِينَ آمَنُوا وَ عَمِلُوا الصَّالِحاتِ فِي جَنَّاتِ النَّعِيمِ

---

(۱)- مائده: ۹، ۱۰.

(۲)- طه: ۷۴، ۷۵.

(۳)- حج: ۵۰، ۵۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۴۳

وَ الَّذِينَ كَفَرُوا وَ كَذَّبُوا بِآياتِنا فَأُولئِكَ لَهُمْ عَذابٌ مُهِينٌ «حکومت و فرمانروایی در آن روز از آن خداست و بین آنها حکم می‌فرماید، کسانی که ایمان آورده‌اند و عمل صالح انجام داده‌اند در باغهای پر نعمت بهشتند و کسانی که کافر شدند و آیات ما را تکذیب کردند عذاب خوار کننده‌ای برای آنهاست.» «۱»

وَ يَوْمَ تَقُومُ السَّاعَةُ يَوْمَئِذٍ يَتَفَرَّقُونَ فَأَمَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَ عَمِلُوا الصَّالِحاتِ فَهُمْ فِي رَوْضَةٍ يُحْبَرُونَ وَ أَمَّا الَّذِينَ كَفَرُوا وَ كَذَّبُوا بِآياتِنا وَ لِقاءِ الْآخِرَةِ فَأُولئِكَ فِي الْعَذابِ مُحْضَرُونَ «آن روز که قیامت برپا می‌شود (مردم) از هم جدا می‌شوند اما آنها که ایمان آوردند و عمل صالح انجام دادند در باغی از بهشت شاد و مسرور خواهند بود و آنها که به آیات ما و لقای آخرت کافر شدند در عذاب الهی احضار می‌شوند.» «۲»

آیات تشویق و تهدید در قرآن تنها به ذکر نعمتهایی که مؤمنان از آن بهره‌مند خواهند شد یا عذابی که در آخرت بر کافران وارد

خواهـد آمد، اکتفا نمی‌کند، بلکه آن خیری را که مؤمنان دنیا به آن دست می‌یابند و رنج و عذابی را که در همین دنیا کافران را فرا می‌گیرد، ذکر می‌کند، آیات زیر نمونه‌هایی هستند که خیر و سعادتی را که در دنیا به مؤمنان می‌رسد، یادآور می‌شود:

وَ یا قَوْمِ اسْتَغْفِرُوا رَبَّکُمْ ثُمَّ تُوبُوا إِلَیْهِ یُرْسِلِ السَّماءَ عَلَیْکُمْ مِدْراراً وَ یَزِدْکُمْ قُوَّةً إِلی قُوَّتِکُمْ وَ لا تَتَوَلَّوْا مُجْرِمِینَ

---

(۱)- حج: ۵۶، ۵۷.

(۲)- روم: ۱۴- ۱۶.

«و ای قوم من! از پروردگارتـان طلب آمرزش کنیـد سپس به سوی او بـاز گردیـد تا (باران) آسـمانی را پی‌درپی بر شـما بفرسـتد و نیرویی بر نیروی شما بیفزاید و روی (از حق) برنتابید و گناه نکنید.» «۱»

فَقُلْتُ اسْتَغْفِرُوا رَبَّکُمْ إِنَّهُ، کانَ غَفَّاراً یُرْسِلِ السَّماءَ عَلَیْکُمْ مِدْراراً وَ یُمْدِدْکُمْ بِأَمْوالٍ وَ بَنِینَ وَ یَجْعَلْ لَکُمْ جَنَّاتٍ وَ یَجْعَلْ لَکُمْ أَنْهاراً «باز گفتیم ای مردم به درگاه خـدای خود (توبه کنیـد و) آمرزش طلبیـد که او بسـیار خدای آمرزنده‌ای است تا باران آسـمان را بر شـما (پس از خشـکسالی فراوان) نازل کند و شـما را به مال بسـیار و پسران متعدد مدد فرماید و باغهای خرّم و نهرهای جاری به شما عطا کند.» «۲»

آیات زیر نمونه‌هایی هستند از یادآوری عذابی که در زندگی دنیا بر کفار نازل می‌شود:

وَ لا یَزالُ الَّذِینَ کَفَرُوا تُصِیبُهُمْ بِما صَنَعُوا قارِعَةٌ أَوْ تَحُلُّ قَرِیباً مِنْ دارِهِمْ حَتَّی یَأْتِیَ وَعْدُ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لا یُخْلِفُ الْمِیعادَ «... و پیوسته مصائب کوبنده‌ای بر کافران- به خاطر اعمالشان- وارد می‌شود و یا به نزدیکی خانه آنها فرود می‌آید تا وعده (نهایی) خدا فرا رسد، خداوند در وعده خود تخلف نمی‌کند.» «۳»

---

(۱)- هود: ۵۲.

(۲)- نوح: ۱۰- ۱۲.

(۳)- رعد: ۳۱.

وَ لَمَّا جاءَ أَمْرُنا نَجَّیْنا شُعَیْباً وَ الَّذِینَ آمَنُوا مَعَهُ، بِرَحْمَةٍ مِنَّا وَ أَخَذَتِ الَّذِینَ ظَلَمُوا الصَّیْحَةُ فَأَصْبَحُوا فِی دِیارِهِمْ جاثِمِینَ «و هنگامی که فرمـان مـا فرا رسـید شـعیب و آنهـا را که بـا او ایمـان آورده بودنـد، به رحمت خود نجـات دادیم و آنهـا را که سـتم کردنـد صیحه (آسمانی) فرو گرفت و در دیار خود به رو افتادند (و مردند).» «۱»

برخی از آیـات دیگر، حصول ثواب برای مؤمنـان و وقوع عـذاب برای کـافران را در هر یک از زنـدگیهای دنیا و آخرت ذکر کرده است که آیات زیر نمونه‌هایی از آن هستند:

فَآتاهُمُ اللَّهُ ثَوابَ الدُّنْیا وَ حُسْنَ ثَوابِ الْآخِرَةِ وَ اللَّهُ یُحِبُّ الْمُحْسِنِینَ «لذا خداوند پاداش این جهان و پاداش نیک آن جهان را به آنها داد و خداوند نیکوکاران را دوست می‌دارد.» «۲»

لَهُمْ عَذابٌ فِی الْحَیاةِ الدُّنْیا وَ لَعَذابُ الْآخِرَةِ أَشَقُّ وَ ما لَهُمْ مِنَ اللَّهِ مِنْ واقٍ «برای آنها عذاب (دردناکی) در دنیاست و عذاب آخرت سخت‌تر است و در برابر خدا هیچ کس نمی‌تواند آنها را نگه دارد.» «۳»

۱- ۲- تحریک انگیزه از طریق داستان

یکی از وسایل مهمی که قرآن آن را به منظور ایجاد انگیزه یادگیری، به کار گرفته است، داستان می‌باشد. چون در روش داستان‌گویی، شوق شنوندگان برانگیخته می‌شود تا حوادثی را که در داستان بازگو می‌شوند، با توجه کامل دنبال کنند. قرآن در ضمن

---

(۱)- هود: ۹۴.

(۲)- آل عمران: ۱۴۸.

(۳)- رعد: ۳۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۴۶

داستان، آن اهداف دینی مربوط به عقاید، یا عبرت آموزیها و حکمتهایی را که در نظر دارد به مردم بیاموزد، عرضه و تبلیغ می‌کند.

لَقَدْ کانَ فِی قَصَصِهِمْ عِبْرَةٌ لِأُولِی الْأَلْبابِ ...

«در سرگذشتهای آنها درس عبرتی برای صاحبان اندیشه است ...» «۱»

از این گذشته، در داستانهای قرآن زیباییهای هنری خاصّی وجود دارد که آنها را از داستانهای دیگر متمایز می‌سازد و راهیابی اهداف دینی به نفس انسان را آسانتر و تأثیرشان را در وجدان عمیقتر می‌کند. «۲»

در برخی از داستانها ملاحظه می‌شود که قرآن در آغاز، خلاصه داستان را نقل می‌کند، سپس وارد جزئیات آن از آغاز تا انجام می‌شود. چنان که مثلا در داستان اصحاب کهف این مسأله را بروشنی می‌بینیم. اصولا نقل فشرده داستان، پیش از نقل جزئیات آن، باعث تشویق شنوندگان و جلب توجهشان به دنبال کردن جزئیات داستان می‌شود. «۳»

در بعضی داستانهای قرآن ملاحظه می‌شود که داستان، با ذکر عاقبت و محتوای عبرت‌آموز آن آغاز می‌شود و سپس جزئیات آن نقل می‌گردد، چنان که در قصه حضرت موسی علیه السّلام که در سوره قصص آمده است می‌بینیم. ذکر محتوا و بار آموزشی داستان در آغاز، باعث تشویق شنوندگان و توجه آنان به پی‌گیری حوادث داستان به منظور شناخت چگونگی تحقق آن نتیجه‌ای که در آغاز داستان خوانده بودند، می‌شود. «۴»

---

(۱)- یوسف: ۱۱۱.

(۲)- سید قطب: التصویر الفنی فی القرآن، چاپ سوم، قاهره: دار المعارف، ۱۹۷۵، ص ۱۴۸.

(۳)- همان مأخذ، ص ۱۴۸، ۱۴۹.

(۴)- همان مأخذ، ص ۱۴۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۴۷

۱- ۳- استمداد از حوادث مهم

یکی از عواملی که به تحریک انگیزه و جلب توجه انسان کمک می‌کند، رخدادهای بعضی حوادث یا مشکلات مهمّی است که وجدان مردم را تکان می‌دهد و توجّهشان را برمی‌انگیزد و خاطرشان را مشغول می‌دارد. مردم معمولا- در اثر این گونه حوادث مهمی که برایشان پیش می‌آید، آمادگی دارند تا آن پند و عبرتی را که در این حوادث وجود دارد، بیاموزند. قرآن از حوادث مهمّی که برای مسلمانان اتفاق می‌افتد کمک گرفته است تا برخی از عبرتهای سودمند در زندگی را به آنان بیاموزد. طبیعی است که مسلمانان در هنگام وقوع این گونه حوادث که وجدانشان را برمی‌انگیزد، دارای آمادگی بیشتر و حالتی پذیراتر برای پندآموزی

و عبرت گرفتن همه جانبه هستند. «۱» یکی از نمونه‌های این موضوع، حادثه‌ای بود که در جنگ حنین اتفاق افتاد، آن جا که مسلمانان به کثرت و قدرت خود غرّه شدند و مطمئن بودند که بر کفّار پیروز خواهند شد و فراموش کردند که پیروزی تنها با یاری و خواست خدا میسّر است. خداوند متعال نیز چنین اراده کرد که به مسلمانان بیاموزد که زیادی نیرو، لزوما به پیروزی نمی‌انجامد و خداوند تنها آن دسته از بندگان را که ایمان و تقوا، دلهایشان را آباد و سرزنده دارد، یاری می‌کند، اگرچه تعدادشان اندک باشد. «۲»

لَقَدْ نَصَرَکُمُ اللَّهُ فِی مَواطِنَ کَثِیرَهٍ وَ یَوْمَ حُنَیْنٍ إِذْ أَعْجَبَتْکُمْ کَثْرَتُکُمْ فَلَمْ تُغْنِ عَنْکُمْ شَیْئاً وَ ضاقَتْ عَلَیْکُمُ الْأَرْضُ بِما رَحُبَتْ ثُمَّ وَلَّیْتُمْ مُدْبِرِینَ ثُمَّ أَنْزَلَ اللَّهُ سَکِینَتَهُ عَلی رَسُولِهِ وَ عَلَی الْمُؤْمِنِینَ وَ أَنْزَلَ جُنُوداً لَمْ تَرَوْها وَ عَذَّبَ الَّذِینَ کَفَرُوا وَ ذلِکَ جَزاءُ الْکافِرِینَ

(۱)- محمد شدید: منهج القرآن فی التربیهٔ. بیروت، مؤسسهٔ الرسالهٔ، ۱۹۷۹، ص ۲۷۷.

(۲)- عبد الفتاح جلال: من الاصول التربویهٔ فی الاسلام، ص ۱۱۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۴۸

«خداوند شما را در میدانهای زیادی یاری کرد (و بر دشمن پیروز شدید) و در روز حنین (نیز یاری نمود)، در آن هنگام که فزونی جمعیّتتان شما را به اعجاب آورده بود، ولی هیچ مشکلی را برای شما حل نکرد و زمین با همه وسعتش بر شما تنگ شد، سپس پشت (به دشمن) کرده فرار نمودید آنگاه خداوند وقار و سکینه خود را (یعنی شکوه و سطوت و جلال ربّانی را) بر پیامبر خود و بر مؤمنان نازل فرمود و لشگرهایی از فرشتگان که شما نمی‌دیدید به مدد شما فرستاد و کافران را (پس از آن که غالب و قاهر بودند) به عذاب و ذلّت افکند و این است کیفر کافران.» «۱»

۲- تکرار

مسأله تکرار در عرضه اندیشه‌ها و آرای مشخص به مردم، معمولا به استقرار این اندیشه‌ها و نظریات و تثبیت آنها در اذهان مردم می‌انجامد. تحقیقات روان شناسان جدید، اهمیت «تکرار» در عمل «یادگیری» را ثابت کرده است. حتی شرکتهای بازرگانی و صنعتی نیز به اهمیّت تکرار در تثبیت و جایگزینی یک ایده در اذهان مردم پی‌برده‌اند و به همین دلیل پولهای زیادی برای تبلیغات بازرگانی خرج می‌کنند، تبلیغاتی که ایده‌ها و افکار مشخصی را به صورت تکراری به مردم عرضه می‌کنند تا در گرایشها و الگوهای مصرفی آنان تأثیر گذارد و از کالاهای تجاری آنها تبلیغ شود.

ما می‌بینیم که در قرآن در خصوص برخی از حقایق مربوط به عقیده و مسائل غیبی که قرآن می‌خواهد آنها را در اذهان مردم جا بیندازد، مانند توحید و این که تنها خداوند منشأ همه ادیان است و ایمان به رستاخیز و روز قیامت و حساب و ثواب و عقاب در زندگی اخروی، تکرار صورت گرفته است. بسیاری از آیات قرآن برای تثبیت و جا انداختن این مفاهیم در اذهان مردم، آنها را تکرار می‌کنند. یکی از نمونه‌های تکرار در مورد عقیده یگانه‌پرستی، همان است که در سوره نمل، [سوره مکّی]، آمده است. در این سوره عبارت «أ إِلهٌ مَعَ اللَّهِ» پنج بار تکرار شده است تا این عقیده (توحید) را در اذهان تثبیت کند.

(۱)- توبه: ۲۵، ۲۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۴۹

أَمَّنْ خَلَقَ السَّماواتِ وَ الْأَرْضَ وَ أَنْزَلَ لَکُمْ مِنَ السَّماءِ ماءً فَأَنْبَتْنا بِهِ حَدائِقَ ذاتَ بَهْجَهٍ ما کانَ لَکُمْ أَنْ تُنْبِتُوا شَجَرَها أ إِلهٌ مَعَ اللَّهِ بَلْ هُمْ قَوْمٌ یَعْدِلُونَ أَمَّنْ جَعَلَ الْأَرْضَ قَراراً وَ جَعَلَ خِلالَها أَنْهاراً وَ جَعَلَ لَها رَواسِیَ وَ جَعَلَ بَیْنَ الْبَحْرَیْنِ حاجِزاً أ إِلهٌ مَعَ اللَّهِ بَلْ أَکْثَرُهُمْ لا

يَعْلَمُونَ أَمَّنْ يُجِيبُ الْمُضْطَرَّ إِذا دَعاهُ وَ يَكْشِفُ السُّوءَ وَ يَجْعَلُكُمْ خُلَفاءَ الْأَرْضِ أ إِلهٌ مَعَ اللَّهِ قَلِيلًا ما تَذَكَّرُونَ أَمَّنْ يَهْدِيكُمْ فِي ظُلُماتِ الْبَرِّ وَ الْبَحْرِ وَ مَنْ يُرْسِلُ الرِّياحَ بُشْراً بَيْنَ يَدَيْ رَحْمَتِهِ أ إِلهٌ مَعَ اللَّهِ تَعالَى اللَّهُ عَمَّا يُشْرِكُونَ أَمَّنْ يَبْدَؤُا الْخَلْقَ ثُمَّ يُعِيدُهُ، وَ مَنْ يَرْزُقُكُمْ مِنَ السَّماءِ وَ الْأَرْضِ أ إِلهٌ مَعَ اللَّهِ قُلْ هاتُوا بُرْهانَكُمْ إِنْ كُنْتُمْ صادِقِينَ «آیا بتهایی که معبود شما هستند بهترند یا کسی که آسمان و زمین را آفرید؟ و برای شما از آسمان، آبی فرستاد که با آن باغهایی زیبا و سرور انگیز رویاندیم، و شما قدرت نداشتید درختان آن را برویانید، آیا معبود دیگری با خداست؟ نه، آنها گروهی هستند که (از روی نادانی) مخلوقات خدا را در ردیف او قرار می‌دهند یا کسی که زمین را مستقر و آرام قرار داد و در میان آن نهرهایی روان ساخت و برای زمین کوههای ثابت و پابرجا ایجاد کرد و میان دو دریا مانعی قرار داد (تا با هم مخلوط نشوند، با این حال) آیا معبودی با خدا است؟ نه، بلکه اکثر آنها نمی‌دانند (و جاهلند) یا کسی که دعای مضطر را اجابت می‌کند و گرفتاری را برطرف می‌سازد و شما را در تاریکیهای صحرا و دریا هدایت می‌کند و کسی که بادها را بشارت دهندگان پیش از نزول رحمتش می‌فرستد، آیا معبودی با خدا است؟ خداوند برتر است از این که شریک برای او قرار دهید یا کسی که آفرینش را آغاز کرد و سپس آن را تجدید می‌کند و کسی که شما را از آسمان و زمین روزی می‌دهد، آیا معبودی با خدا است؟ بگو دلیلتان را بیاورید اگر راست می‌گویید.» «۱»

---

(۱)- نمل: ۶۰- ۶۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۵۰

در سوره هود [سوره مکّی] نیز دعوت به یکتاپرستی و عبادت خداوند یگانه، چهار بار تکرار شده است. در این سوره، قرآن، سخن بعضی از پیامبران گذشته به ملتهایشان را که به هنگام دعوت آنان به توحید بر زبان می‌آوردند، ذکر کرده است. مثلا در مورد آنچه که نوح علیه السّلام به قومش گفت چنین می‌فرماید:

وَ لَقَدْ أَرْسَلْنا نُوحاً إِلى قَوْمِهِ إِنِّي لَكُمْ نَذِيرٌ مُبِينٌ أَنْ لا تَعْبُدُوا إِلَّا اللَّهَ ...

«ما نوح را به سوی قومش فرستادیم (نخستین بار به آنها گفت:) من برای شما بیم دهنده‌ای آشکارم (دعوت من این است که) جز اللّه (خدای واحد یکتا) را نپرستید ...» «۱»

قرآن سپس در همین سوره سخنان هود و صالح و شعیب علیهم السّلام به ملتهایشان را متذکر می‌شود و آن را با یک عبارت سه بار تکرار می‌کند:

وَ إِلى عادٍ أَخاهُمْ هُوداً قالَ يا قَوْمِ اعْبُدُوا اللَّهَ ما لَكُمْ مِنْ إِلهٍ غَيْرُهُ، ...

« (ما) به سوی (قوم عاد)، برادرشان هود را فرستادیم (به آنها) گفت ای قوم من! اللّه را پرستش کنید که معبودی جز او برای شما نیست ...» «۲»

وَ إِلى ثَمُودَ أَخاهُمْ صالِحاً قالَ يا قَوْمِ اعْبُدُوا اللَّهَ ما لَكُمْ مِنْ إِلهٍ غَيْرُهُ، ...

« (ما) به سوی (قوم) ثمود، برادرشان صالح را فرستادیم، (به آنها) گفت ای قوم من! اللّه را پرستش کنید که معبودی جز او برای شما نیست ...» «۳»

---

(۱)- هود: ۲۵، ۲۶.

(۲)- هود: ۵۰.

(۳)- هود: ۶۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۵۱

وَ إِلی مَدْیَنَ أَخاهُمْ شُعَیْباً قالَ یا قَوْمِ اعْبُدُوا اللَّهَ ما لَکُمْ مِنْ إِلهٍ غَیْرُهُ، ...

« (ما) به سوی (مردم) مدین، برادرشان شعیب را فرستادیم، (به آنها) گفت ای قوم من! اللّه را پرستش کنید که معبودی جز او برای شما نیست ...» «۱»

همچنین عبارت (اعْبُدُوا اللَّهَ ما لَکُمْ مِنْ إِلهٍ غَیْرُهُ) در آیه‌های ۲۳ و ۳۲ سوره مؤمنون که سوره‌ای مکّی است دو بار تکرار شده است. داستان پیامبران نیز در قرآن به صورت تکراری آمده است، تا این حقیقت که همه ادیان از طرف خداوند است، در اذهان تثبیت شود، «۲» چون این خداوند متعال است که همه پیامبران را در ادوار مختلف تاریخ به سوی مردم فرستاد تا آنها را راهنمایی و به یگانه‌پرستی و شرک نورزیدن به خدا دعوت کنند. دلیل دیگر تکرار داستان پیامبران این است که سرنوشتی که تکذیب کنندگان پیامبران گذشته دچارش شدند، برای کفّار قریش آشکار و واضح شود تا آنان را از سرنوشت مشابهی که در صورت تکذیب پیامبر اسلام صلّی اللّه علیه و آله در انتظارشان خواهد بود، برحذر دارد. به همین دلیل در سوره قمر [سوره مکّی] می‌بینیم که در خصوص ذکر عذابی که کافران را در بر خواهد گرفت و نیز در هشدار خداوند به آنان در مورد این عذاب، تکرار صورت گرفته است. و این تکرار به منظور جلب توجّه کفّار قریش و یادآوری سرنوشت کسانی است که پیمبران گذشته را تکذیب کرده‌اند. تا به آنان هشدار دهد، در صورتی که همچنان به تکذیب پیامبر اسلام صلّی اللّه علیه و آله ادامه دهند، به همان سرنوشت دچار خواهند شد. «۳» در این سوره (قمر) آیه زیر سه بار تکرار شده است:

فَکَیْفَ کانَ عَذابِی وَ نُذُرِ

---

(۱)- هود: ۸۴.

(۲)- سید قطب: التصویر الفنی فی القرآن، ص ۱۰۹.

(۳)- ر ک به: القرآن و علم النفس، عبد الوهاب حموده، قاهره: دار القلم، ۱۹۶۲، ص ۹۵، ۹۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۵۲

«پس (بنگرید) که سختی تنبیه و عذاب ما چگونه بود؟» «۱» چنان که آیه زیر نیز چهار بار در همین سوره تکرار شده است.

وَ لَقَدْ یَسَّرْنَا الْقُرْآنَ لِلذِّکْرِ فَهَلْ مِنْ مُدَّکِرٍ «و ما قرآن را برای وعظ و اندرز به فهم آسان کردیم، آیا هیچ پندگیرنده‌ای هست؟» «۲»

در سوره مرسلات [سوره مکّی] عبارت «وَیْلٌ یَوْمَئِذٍ لِلْمُکَذِّبِینَ» ده بار تکرار شده است. این سوره بسیاری از نعمتهایی را که خداوند به مردم عطا فرموده و همچنین بسیاری از بلاهایی را که بر آنها فرو فرستاده است، ذکر می‌کند و عبارت فوق پس از هر نعمتی که خداوند به یاد مردم می‌آورد و هر بلایی که آنان را از آن می‌ترساند، آمده است. و این بدان سبب است که توجّهشان را به این نعمتها و بلاها جلب کند تا با یادآوری آنها از ادامه تکذیب پیامبران و استمرار در کفر، پرهیز کنند. علاوه بر این، اصولا در تکرار یک جمله در طول سخن، نوعی تأثیر خطابی وجود دارد که عربها با آن آشنا هستند و این کار «در جریان ایراد خطبه و سرودن شعر در میان عربها مرسوم است.» «۳»

در قرآن آیات زیادی وجود دارد که درباره رستاخیز، روز قیامت، روز حسابرسی، نعمتهای بهشت، عذاب جهنم، خلقت آدم و حوا و دشمنی شیطان با آنها، سخن می‌گوید. هدف قرآن از تکرار این گونه مسائل غیبی، استقرار و جایگزین کردن ایمان در جانهای مردم و تثبیت عقاید و عبرتها و پند و اندرزهایی است که در جریان نقل این گونه مسائل مطرح می‌کند.

---

(۱)- قمر: ۱۶، ۲۱، ۳۰.

(۲)- قمر: ۱۷، ۲۲، ۳۲، ۴۰.

(۳)- عبد الوهاب حموده، همان مأخذ، ص ۹۶، ۹۷.

قرآن و روانشناسی، ص: ۲۵۳

بایـد توجه داشت که تکرار داسـتانها در قرآن، تکراری کامـل و یکنواخت نیست، بلکه قرآن تنهـا حوادثی از داسـتان را که بـا روند مفـاهیم موجود در سوره همـاهنگی دارد، ذکر می کنـد. مثلاـ قرآن هرگـاه بخشـی از یـک داسـتان را تکرار می کنـد، معمولا مفهوم جدیدی را که قبلا ذکر نکرده است وارد آن می‌کند و در الفاظ و کلمات داسـتان، متناسب با عبرتی که هدف داستان است، اندکی تعدیل و تقدم و تأخر به وجود می‌آورد. چون قرآن داسـتانهای پیامبران را به عنوان سرگذشـتهایی تاریخی که ترتیب زمانی حوادث بایستی در آن رعایت شود، بازگو نمی‌کنـد، بلکه به خاطر عبرتها و انـدرزهایی که در رویـدادهای آنها وجود دارد، نقل می‌کند. از این رو، قرآن، آن دسته از حوادث را که متناسب با عبرتی است که می‌خواهد آن را در میان مردم رواج دهد، بازگو می‌کند. «۱»

در این مسأله نیز شـکّی نیست که عرضه برخی حوادث یـا ایـده‌ها به اشـکال و عبارتهـای گونـاگون، باعث جلب توجّه می‌شود و از خسـته شدن انسان- که ممکن است در صورت عرضه کردن ایده‌ای معیّن به صورت ثابت و یکنواخت، به او دست دهد- جلوگیری می‌کند. تحقیقات روان شـناسان معاصـر و متخصـصان تبلیغات، این موضوع را ثابت کرده است که برای اجتناب از خستگی و جلب توجه مردم، تغییر دادن فرم عبارتهایی که بیان کننـده ایـده‌ای مشـخص هسـتند، اهمیّت زیادی دارد. امروزه دست اندرکاران تبلیغات تجارتی این موضوع را کاملا رعایت می‌کنند.

اصولا تکرار، مسأله «یادگیری» را اعم از این که آموخته انسان یک عادت و سـلوک نیک باشد یا بد، جا می‌اندازد. مثلا تکرار یک رفتار زشت توسط مردم، باعث تثبیت آن می‌شود و آن را به عادتی جاافتاده تبدیل می‌کند که رهایی از آن تنها با کوششی فراوان و اراده‌ای نیرومنـد میسّر خواهـد بود. به همین دلیـل می‌توان گفت که تکرار عقایـد و عبادتهـای قـدیمی که مشـرکان از پـدران خود آموخته بودند، یکی از عوامل جایگزینی این عقاید و بروز آن در رفتار مشـرکان بود، به طوری که رهایی از آن برایشان آسان نبود. قرآن در بسـیاری از آیات، به مشـکلاتی که پیامبران در همه ادوار تاریـخ برای اقناع مشـرکان در مورد پذیرش عقیده یگانه‌پرستی با آنها برخورد می‌کردند، اشاره کرده است. علت

---

(۱)- عبد الوهاب حموده، همان مأخذ، ص ۱۰۳- ۱۰۵.

قرآن و روانشناسی، ص: ۲۵۴

وجود این مشـکلات برای پیامبران این بود که مشـرکان پایبنـد همان عبادتهای قـدیمی بودنـد که بر اساس آن رشد یافته بودند. قبلا درباره خطاها و جمود تفکر [در فصل چهارم] که به بحث «تفکر در قرآن» اختصاص داشت، به این موضوع اشاره کرده‌ایم. قرآن به تأثیر تکرار ارتکاب گناه نیز اشاره دارد، زیرا تکرار گناه باعث می‌شود انسان به آسانی برای پذیرش دعوت به یگانه‌پرستی، آمادگی نداشته باشد. این همان چیزی است که در بسیاری از آیات از آن، به عنوان «مهر زدن بر دلها» یاد شده است.

قرآن همچنین از اسـتقرار عادتهـای زشت و گناهـانی که در اثر تکرار حاصل می‌شود، یاد کرده است. این عادتها تا آن جا در انسان مسـتقر می‌شوند که گویا بر عقلش پرده‌ای از زنگار آویخته شده است به نحوی که از نیروی تشخیص آن جلوگیری می‌کند و دیگر برای انسان مشکل است که بتواند خود را از گناهانی که به آنها عادت کرده است رها سازد. این مسأله در آیه زیر آمده است:

كَلَّا بَلْ رانَ عَلى قُلُوبِهِمْ ما كانُوا يَكْسِبُونَ «چنین نیست، بلکه (اعمال زشت آنها) زنگار و لایه بر قلبهای آنها افکنده است.» «۱»

پیامبر اکرم صلّی اللّه علیه و آله در این باره می‌فرماید: «هرگاه کسـی مرتکب گناهی شود، نقطه‌ای سیاه در دلش به وجود می‌آید و اگر دوباره گناه کند نقطه دیگری ایجاد می‌شود و این روند همچنان ادامه می‌یابد تا این که دلش مانند رنگ گوسفندی سیاه، تیره می‌شود.» و در روایتی دیگر آمده است که: «ارتکاب مکرّر گناه قلب را آن چنان سیاه می‌کند که دیگر

(۱)- مطففین: ۱۴.
کلمه «رانَ» در آیه مذکور، نوعی بیماری است که قرآن ذکر می‌کند و «رین» به معنی زنگار یا غبار یا لایه کثیفی است که بر اشیای گرانقیمت می‌نشیند. این تعبیر در قرآن برای کسانی به کار رفته که بر اثر خیره‌سری و گناه زیاد، قلبشان نفوذ ناپذیر شده است. «به نقل از تفسیر نمونه، ج ۱، ص ۸۶- م.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۵۵

امید توبه بدان نمی‌رود.» «۱»

۳- توجّه

مسأله توجه، در یادگیری عامل مهمّی محسوب می‌شود. مثلا اگر انسان به یک سخنرانی توجه نکند، نمی‌تواند آن اطلاعات لازم را درک کند، در نتیجه قادر به یادگیری نیست و نمی‌تواند آن مطالب را در آینده به یاد آورد. به همین دلیل معلّمان و مربّیان، همواره اصرار دارند که در شاگردان خود حالت توجه به وجود بیاورند تا آنها بتوانند درس را کاملا جذب کنند و یاد بگیرند. همان طور که قبلا- گفتیم استفاده قرآن از داستان، عامل مهمّی در ایجاد و برانگیختن حالت توجّه و حاوی مواعظ و عبرتها و دعوت به یگانه پرستی است. قرآن اهمیّت توجّه و التفات را در جذب و ادراک اطلاعات و معلومات، یادآوری کرده چنین می‌فرماید:
إِنَّ فِي ذلِكَ لَذِكْرى لِمَنْ كانَ لَهُ قَلْبٌ أَوْ أَلْقَى السَّمْعَ وَ هُوَ شَهِيدٌ «در این تذکّری است برای آن کس که عقل دارد، یا گوش فرا دهد و حضور یابد.» «۲»
این آیه بعد از آیه دیگری آمده است که خداوند در آن یادآور می‌شود که پیش از قریش اقوام زیادی از کافران را که سرسخت‌تر و قویتر از قریش بودند، نابود کرد. و در این آیه اشاره می‌کند که در این جریان برای عاقلان یا کسانی که با آمادگی و حضور ذهن و توجه کامل این سخن را بشنوند و بفهمند، پند و اندرزی نهفته است.
قرآن همچنین در سوره مزمّل، آن جا که متذکر می‌شود که بلند شدن از خواب در نیمه شب باعث توجّه بیشتر انسان به معانی قرآن و در نتیجه درک بهتر آن می‌شود، در واقع می‌خواهد به اهمیّت مسأله «توجّه» اشاره کند. این موضوع شاید از یک سو به

(۱)- به نقل از: ابی القاسم الحسن بن محمد بن المفضل الراغب الاصفهانی: کتاب تفصیل النشأتین و تحصیل السعادتین، بیروت، ۱۳۱۹، ص ۹۷.

(۲)- ق: ۳۷.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۵۶

استراحت ذهن در هنگام خواب و آرامش آن پس از خواب برگردد و از سوی دیگر مربوط به آن آرامشی باشد که هنگام شب همه جا را فرا می‌گیرد و ذهن انسان در آن هنگام به امور روزمرّه زندگی که معمولا- در طول روز خاطرش را مشغول می‌دارند، نمی‌پردازد. قرآن در این باره می‌فرماید:
إِنَّ ناشِئَةَ اللَّيْلِ هِيَ أَشَدُّ وَطْئاً وَ أَقْوَمُ قِيلًا «البتّه نماز شب (و دعا و ناله سحر) بهترین شاهد اخلاص و (صفای) قلب و دعوی صدق ایمان است.» «۱»
در مسأله «ادراک و یادگیری» نیز قرآن به اهمیّت «توجّه» چنین اشاره می‌کند:
وَ إِذا قُرِئَ الْقُرْآنُ فَاسْتَمِعُوا لَهُ، وَ أَنْصِتُوا لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ «هنگامی که قرآن خوانده شود گوش فرا دهید و خاموش باشید تا مشمول

رحمت خدا شوید.» «۲»

گوش فرا دادن به قرآن و سکوت به هنگام قراءت آیات، در واقع به معنای همان توجه به آیات آن است که خوانده می‌شوند تا برای درک معنای آنها تدبّر و تفکّر شود و عقاید و تعلیمات و اوامر و نواهی و عبرتها و حکمتهایی که در آنها وجود دارد، آموخته شوند.

بدیهی است که این موضوع نشان دهنده اهمیّت «توجّه» در ادراک و یادگیری می‌باشد.

---

(۱)- مزمل: ۶. ابن کثیر در تفسیر این آیه می گوید: «مقصود این است که بیدار ماندن (و عبادت) در شب بهترین تناسب را میان دل و زبان ایجاد می کند و مناسبترین وقت برای تلاوت (قرآن) است. به همین دلیل خداوند می‌فرماید: «هِیَ أَشَدُّ وَطْئاً وَ أَقْوَمُ قِیلًا» یعنی «انسان در شب با خاطری جمعتر از روز به قراءت قرآن و فهم آن می‌پردازد، چون روز هنگام رفت و آمد مردم و سخن گفتن و کسب معاش آنهاست». تفسیر ابن کثیر، ج ۴، ص ۴۳۵.

(۲)- اعراف: ۲۰۴.

یکی از چیزهایی که به تمرکز دقّت و توجه کمک می کند و کار یادگیری را آسان می‌سازد، عرضه مفاهیم مجرّد و انتزاعی با روشی ساده و بیانی روشن است و این امر البته با تمثیل و تشبیه مفاهیم مزبور به چیزهای واقعی و ملموس انجام می گیرد تا ادراک و فهم آنها امکان پذیر شود. به همین دلیل امروزه معلمان برای توضیح قوانین و نظریات علمی بیشتر از وسایل سمعی و بصری و تجربیات عملی استفاده می کنند و این باعث جلب توجه دانش آموزان می‌شود و به آنان کمک می کند تا نظریات مزبور را درک کنند.

داستانها و مثلهایی که در قرآن وجود دارند، در واقع روشهایی هستند که قرآن آنها را به منظور عینی کردن مفاهیم عقیدتی اسلام و نزدیک کردن آنها به اذهان، به کار برده است.

بنابراین شنونده داستانهای قرآن به تماشاگر حوادث و رویدادهایی بدل می‌شود که مفاهیم داستانها در آن حوادث متبلور است. «۱» این موضوع بدون شک توجّهش را به منظره‌هایی که یکی پس از دیگری از ذهنش می گذرد جلب می کند. مثلها نیز در قرآن همین نقش را ایفا می کنند. چون امثال، با ایجاد مشابهت و همگونی میان معانی و اشیای محسوس، معانی را به صورت عینی درمی‌آورند و این خود مایه نزدیکی هر چه بیشتر این مفاهیم به فهم و ادراک مردم می‌باشد. «۲» یکی از نمونه‌های امثال، همان مثلی است که در سوره ابراهیم آمده است و خداوند متعال ضمن آن، عدم انتفاع کافران از کارهای خودشان در دنیا را به دلیل این که بر اساس ایمان نیست، به خاکستری تشبیه می کند که در روزی توفانی باد شدیدی آن را به هوا بلند می کند و انسان نمی‌تواند آن را نگه دارد:

مَثَلُ الَّذِینَ کَفَرُوا بِرَبِّهِمْ أَعْمالُهُمْ کَرَمادٍ اشْتَدَّتْ بِهِ الرِّیحُ فِی یَوْمٍ عاصِفٍ لا یَقْدِرُونَ مِمَّا کَسَبُوا عَلی شَیْءٍ ذلِکَ هُوَ الضَّلالُ الْبَعِیدُ «اعمال کسانی که به پروردگارشان کافر شدند همچون خاکستری است در برابر تندباد در یک روز توفانی. آنها توانایی ندارند کمترین چیزی از آنچه انجام

---

(۱)- محمد علی التسخیری: التوازن فی الاسلام، ص ۱۴۱، ۱۴۲؛ سید قطب: همان مأخذ، ص ۶۲- ۷۳.

(۲)- محمد علی التسخیری، همان مأخذ، ص ۱۴۲، ۱۴۳.

داده‌اند، به دست آورند و این گمراهی دور و درازی است.» «۱»

نمونه دیگر به کارگیری مثل در قرآن، مثلی است که خداونـد کلمه طیّبه (سـخن پاکیزه) را به درختی پاکیزه تشبیه می کند که مردم از میوه‌اش اسـتفاده می کننـد و خود ریشه در اعماق زمین دارد و تنه و شاخه‌هایش سـر بر آسـمان می‌سایند و هر زمان که خدا معیّن کنـد و به اذن او، میوه می‌دهـد. همچنین کلمه توحیـد در دل مؤمن ثـابت و ریشه‌دار است و کار پاك و پاکیزه او به سوی خـدا بالا می‌رود و همه وقت برکت و پاداش آن به مؤمن می‌رسد.

خداونـد همچنین کلمه «ناپاك» را به درختی ناپاك تشبیه کرده است که ریشه‌اش از زمین کنـده شـده است و به همین دلیل ثابت و دوامی ندارد. همچنین عقیده باطل نیز بی‌ثبات و از بین رفتنی است. «۲»

أَ لَمْ تَرَ كَيْفَ ضَرَبَ اللَّهُ مَثَلًا كَلِمَةً طَيِّبَةً كَشَجَرَةٍ طَيِّبَةٍ أَصْلُها ثابِتٌ وَ فَرْعُها فِي السَّماءِ تُؤْتِي أُكُلَها كُلَّ حِينٍ بِإِذْنِ رَبِّها وَ يَضْرِبُ اللَّهُ الْأَمْثالَ لِلنَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَتَذَكَّرُونَ وَ مَثَلُ كَلِمَةٍ خَبِيثَةٍ كَشَجَرَةٍ خَبِيثَةٍ اجْتُثَّتْ مِنْ فَوْقِ الْأَرْضِ ما لَها مِنْ قَرارٍ «آیا ندیـدی چگونه خـداوند کلمه طیبه (و گفتـار پاکیزه) را به درخت پاکیزه‌ای تشبیه کرده که ریشه آن (در زمین) ثابت و شاخه آن در آسـمان است؟ میوه‌های خود را هر زمان به اذن پروردگارش می‌دهـد و خداونـد برای مردم مثلها می‌زنـد شایـد متـذکّر شوند (پند گیرند) و (همچنین) کلمه خبیثه را به درخت ناپاکی تشبیه کرده که از زمین برکنده شده و قرار و ثباتی ندارد.» «۳»

نمونه دیگر، مثالی است که در سوره رعد آمده است که خداوند در خلال آن بیان

---

(۱)- ابراهیم: ۱۸.

(۲)- المنتخب فی تفسیر القرآن الکریم، ص ۳۶۸.

(۳)- ابراهیم: ۲۴- ۲۶.

می کنـد که حق مانـدنی و باطـل نـابود شـدنی است. بقای حق و نابودی باطل را به چیزهایی که نهرها در مسیر جریان خود، آنها را حمل می کنند، تشبیه کرده است. در این حرکت چیزهایی که برای مردم نافع باشـند باقی می‌مانند و آنچه که مانند «کف» برای آنها سودی نداشـته باشـند به سـطح آب می‌آینـد و نابود می‌شونـد. خداوند متعال بقای حق و زوال باطل را نیز به فلزات به هنگام دمیدن آتش در آنها تشبیه کرده است. آن دسـته از فلزات که برای مردم منفعت دارنـد، دوام می‌آورند و از بین نمی‌روند، مانند طلا و نقره که از آنها زیور و اشیای قیمتی می‌سازند و یا آهن و مس که از آنها وسایل و ابزار سودمند ساخته می‌شود و اما آنچه که نفعی برای مردم ندارد، در جریان جوشیدن در سطح قرار می گیرد و به کناری نهاده و سپس بیرون انداخته می‌شود.

أَنْزَلَ مِنَ السَّماءِ ماءً فَسالَتْ أَوْدِيَةٌ بِقَدَرِها فَاحْتَمَلَ السَّيْلُ زَبَداً رابِياً وَ مِمَّا يُوقِدُونَ عَلَيْهِ فِي النَّارِ ابْتِغاءَ حِلْيَةٍ أَوْ مَتاعٍ زَبَدٌ مِثْلُهُ، كَذلِكَ يَضْرِبُ اللَّهُ الْحَقَّ وَ الْباطِلَ فَأَمَّا الزَّبَدُ فَيَذْهَبُ جُفاءً وَ أَمَّا ما يَنْفَعُ النَّاسَ فَيَمْكُثُ فِي الْأَرْضِ كَذلِكَ يَضْرِبُ اللَّهُ الْأَمْثالَ «خداونـد از آسـمان، آبی فرسـتاد و از هر دره و رودخانه‌ای به اندازه آنها سیلابی جاری شد، سپس سیل بر روی خود کفی حمل کرد و از آنچه (در کوره‌هـا) برای به دست آوردن زینت آلاـت یـا وسایـل زنـدگی آتش روی آن روشن می کننـد نیز کفهـایی ماننـد آن به وجود می‌آیـد، امـا کفهـا به بیرون پرتـاب می‌شونـد، ولی آنچه به مردم سود می‌رسانـد (آب یا فلز خالص) در زمین می‌مانـد، خداونـد این چنین مثال می‌زند.» «۱»

بعضی از سوره‌های قرآن با حروفی مانند: «الم، الر، المص، المر، کهیعص، طسم»

---

(۱)- رعد: ۱۷.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۶۰

شروع می‌شوند. مفسّران تفسیرهای مختلفی درباره این حروف مقطعه ذکر کرده‌اند.

یکی از اقوال درباره تفسیر حروف مزبور این است که چون در این حروف آهنگ خاصّ‌ی وجود دارد، منظور از آوردن آنها جلب توجه مشرکان برای گوش فرا دادن به قرآن است، زیرا مشرکان قبلا به همدیگر سفارش کرده بودند که به آیات قرآن گوش فرا ندهند، اما شروع قرآن با حروف مزبور، گوش مشرکان را برای شنیدن آیات باز می‌کرد تا وقتی گوش فرا دهند همان قرآنی را بشنوند که کلمات آن از همین حروف تألیف شده است. «۱»

مورد دیگری نیز که باعث جلب توجه می‌شود، به کار بردن سوگند در آغاز برخی از سوره‌های مکّی است- پانزده سوره قرآن با سوگند آغاز شده است- از قبیل:

«وَ الصَّافَّاتِ، وَ الذَّارِیاتِ، وَ الطُّورِ، وَ النَّجْمِ، وَ السَّماءِ ذاتِ الْبُرُوجِ، وَ السَّماءِ وَ الطَّارِقِ، وَ الْفَجْرِ، وَ الْعَصْرِ». و این امر باعث جلب توجه برای گوش فرا دادن به قرآن بوده است، زیرا آغاز سوره با سوگند توجه شنونده را جلب می‌کند چرا که با نوعی ترس و هراس به گوش شنونده می‌رسد، که در این صورت برای دریافت گفته‌ها و سخنان، نوعی آمادگی روانی در انسان به وجود می‌آید، زیرا سوگند امری هراس انگیز است و انسان در چنین حالتی بیشتر تحت تأثیر شنیده‌ها قرار می‌گیرد تا وقتی که مثلا با مجادله و بحث سخنان خود را شروع کند. «۲»

علاوه بر این، سبک قرآن دارای ویژگی «اعجاز بلاغی» و آهنگ موسیقی خاصی است که وجدان را تکان می‌دهد و توجه را به سوی خود جلب می‌کند. روش قرآن این ویژگی را داراست که آهنگ واژه‌های آن، عالیترین و زیباترین هماهنگی را با معانی و مفاهیم آن دارد. این ویژگی «بعد دیگری، غیر از بعد معمولی دلالتی» به واژه‌ها می‌بخشد، به طوری که انسان معنی کلمه را ضمن شنیدن صدا و کیفیت تلفظ آن، در ذهن خود مجسم می‌کند» «۳» این مسأله بدون شک باعث جلب توجه انسان می‌شود و در او

---

(۱)- تفسیر ابن کثیر، ج ۱، ص ۳۷؛ تفسیر «المنار»، ج ۱، ص ۱۲۲. «منظور نویسنده این است که نوعی آشتی میان مشرکان و قرآن از طریق استماع همین حروف مقطعه ایجاد می‌شود. چون قرآن هم در واقع از همین حروف مقطعه که دارای آهنگی خاص هستند و توجه مشرکان را جلب می‌کنند، تألیف شده است. بنابراین دلیلی وجود ندارد که آنها از گوش فرا دادن به آن پرهیز کنند.»- م.

(۲)- عبد الوهاب حموده: القرآن و علم النفس، ص ۱۶، ۱۷.

(۳)- محمد علی التسخیری، التوازن فی الاسلام، ص ۱۴۳، ۱۴۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۶۱

حالتی ایجاد می‌کند تا موقعیتی را که قرآن تصویر می‌کند احساس کند و این به نوبه خود، به دقت جذب مفاهیم و ادراک همه جانبه آنها می‌انجامد.

۴- مشارکت فعّالانه

برای یادگیری مهارتهای حرکتی لازم است یادگیرنده به انجام عملی این مهارتها و تمرین آنها تا یادگیری کامل بپردازد. تمرین عملی، نه تنها در یادگیری مهارتهای حرکتی مهم است، بلکه در یادگیری علوم نظری و رفتارهای اخلاقی و فضایل و ارزشها و آداب رفتار اجتماعی نیز اهمیّت دارد. زیرا اگر انسان کاری را که می‌خواهد یاد بگیرد خودش انجام دهد به سرعت و دقت یادگیری خود کمک می‌کند. نتایج یکی از تحقیقات تجربی، این مسأله را روشن کرده است: افرادی که برخی از کلمات مقابل خود را خود می‌خواندند در حفظ آنها سریعتر و موفّقتر از کسانی بودند که تنها معلم یا مسؤول آزمایشگاه آن کلمات را برایشان

می‌خواند و آنها گوش می‌دادند و نیز آنها موفقتر از کسانی بودند که معلم ضمن خواندن کلمات، تصویر همان کلمات را برای آنها روی پرده به نمایش می گذاشت. «۱» نتیجه این آزمایش، اهمیت مشارکت فعّالانه را در کار «یادگیری» نشان می‌دهد.

در قرآن می‌بینیم که به اصل «مشارکت فعّال» عمل شده است. این مسأله از روشی که قرآن در خصوص تعلیم خصلتهای نفسانی پسندیده و اخلاق و عادتهای رفتاری برتر در پیش گرفته است، روشن می‌شود. این روش در واقع همان آموزش مسلمانان از طریق تمرین عملی در انجام عبادتهای مختلفی است که قرآن آنها را به ادای آن مکلف کرده است. مثلا گرفتن وضو و خواندن نماز در اوقات معیّن در هر روز، نظافت و اطاعت و نظم و صبر و استقامت را به مسلمانان می‌آموزند و روزه به آنان روحیه اطاعت و پایداری در تحمّل سختیها، و مهربانی نسبت به فقرا را یاد می‌دهد و حج، اطاعت و صبر در تحمل مشکلات را می‌آموزد. در فصل دهم که به موضوع «روان درمانی در قرآن» اختصاص دارد، فواید عبادتها را با اندکی تفصیل بیان خواهیم کرد.

---

(۱)- محمد عثمان نجاتی: علم النفس فی حیاتنا الیومیة، ص ۱۹۶- ۱۹۷.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۶۲

قرآن در کنار تعلیم ایمان و عقاید دینی به مسلمانان، به تشویق و راهنمایی آنها در انجام عمل صالح، توجه زیادی کرده است. زیرا ایمان راستین بایستی در رفتار و عمل مؤمن تبلور یابد و چنین ایمانی تنها با آراسته شدن مؤمن به اخلاق نیکو و دوست داشتن خیر و خوبی برای مردم و پیشی گرفتن در انجام کارهایی که موجب رضای خداوند متعال و پیامبر بزرگوار صلّی اللّه علیه و آله است، امکان پذیر می‌باشد. به همین دلیل، ایمان در بسیاری از آیات قرآن همراه عمل صالح آمده است. آیات زیر نمونه‌هایی از این مقوله هستند:

وَ بَشِّرِ الَّذِینَ آمَنُوا وَ عَمِلُوا الصَّالِحاتِ أَنَّ لَهُمْ جَنَّاتٍ تَجْرِی مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهارُ ...

«به کسانی که ایمان آورده‌اند و عمل صالح دارند، بشارت ده که باغهایی از بهشت برای آنهاست که نهرها از زیر درختانش جاری است ...» «۱»

وَ الَّذِینَ آمَنُوا وَ عَمِلُوا الصَّالِحاتِ أُولئِکَ أَصْحابُ الْجَنَّةِ هُمْ فِیها خالِدُونَ «و آنها که ایمان آورده‌اند و اعمال صالح انجام داده‌اند اهل بهشتند و همیشه در آن خواهند ماند.» «۲»

إِنَّ الَّذِینَ آمَنُوا وَ عَمِلُوا الصَّالِحاتِ وَ أَقامُوا الصَّلاةَ وَ آتَوُا الزَّکاةَ لَهُمْ أَجْرُهُمْ عِنْدَ رَبِّهِمْ وَ لا خَوْفٌ عَلَیْهِمْ وَ لا هُمْ یَحْزَنُونَ «کسانی که ایمان آورده‌اند و عمل صالح انجام دادند و نماز را برپا داشتند و زکات را پرداختند، مزدشان نزد پروردگارشان است و نه ترسی بر آنهاست و نه غمگین می‌شوند.» «۳»

---

(۱)- بقره: ۲۵.

(۲)- بقره: ۸۲.

(۳)- بقره: ۲۷۷.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۶۳

وَ أَمَّا الَّذِینَ آمَنُوا وَ عَمِلُوا الصَّالِحاتِ فَیُوَفِّیهِمْ أُجُورَهُمْ وَ اللَّهُ لا یُحِبُّ الظَّالِمِینَ «و اما آنها که ایمان آوردند و عمل صالح انجام دادند خداوند پاداش آنها را به طور کامل خواهد داد و خداوند ستمکاران را دوست نمی‌دارد.» «۱»

وَعَدَ اللَّهُ الَّذِینَ آمَنُوا وَ عَمِلُوا الصَّالِحاتِ لَهُمْ مَغْفِرَةٌ وَ أَجْرٌ عَظِیمٌ «خداوند به آنها که ایمان آورده‌اند و عمل صالح انجام داده‌اند وعده آمرزش و پاداش عظیمی داده است.» «۲»

وَ أَمَّا مَنْ آمَنَ وَ عَمِلَ صالِحاً فَلَهُ جَزاءً الْحُسْنی وَ سَنَقُولُ لَهُ مِنْ أَمْرِنا یُسْراً «و اما کسی که ایمان بیاورد و عمل صالح انجام دهد پاداش نیکو خواهد داشت، و ما دستور آسانی به او خواهیم داد.» «۳»

وَ إِنِّی لَغَفَّارٌ لِمَنْ تابَ وَ آمَنَ وَ عَمِلَ صالِحاً ثُمَّ اهْتَدی «و من کسانی را که توبه کنند و ایمان آورند و عمل صالح انجام دهند و سپس هدایت شوند، می‌آمرزم.» «۴»

۵- توزیع یادگیری

تحقیقات تجربی که روان شناسان معاصر انجام داده‌اند ثابت کرده است که توزیع یادگیری یا تمرین آن در فاصله‌های زمانی دور از هم که در خلال آن فرصتهایی برای استراحت فراهم شود، به سرعت یادگیری و تثبیت آن در حافظه کمک می‌کند. این

---

(۱)- آل عمران: ۵۷.

(۲)- مائده: ۹.

(۳)- کهف: ۸۸.

(۴)- طه: ۸۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۶۴

تحقیقات همچنین روشن کرده است که یادگیری با استفاده از روش توزیع، بسیار بهتر از یادگیری به روش تمرکز می‌باشد. روش تمرکز، روشی است که طی آن یادگیری در طول مدت زمانی پیوسته و بدون فاصله‌های استراحت، صورت می‌گیرد. «۱» در قرآن هم به این اصل توجه شده است، زیرا قرآن در فواصل زمانی دور از هم و در طول مدت ۲۳ سال نازل شد تا مردم بتوانند آن را بتدریج یاد بگیرند و معانی و مفاهیم آن را کاملا جذب کنند و این موضوع به خوب یادگیری و فهم و حفظ قرآن نیز کمک کرده است. زیرا اگر همه قرآن دفعهً و یکجا نازل می‌شد یادگیری و فهم معانی و اهداف آن مشکل بود.

وَ قُرْآناً فَرَقْناهُ لِتَقْرَأَهُ، عَلَی النَّاسِ عَلی مُکْثٍ وَ نَزَّلْناهُ تَنْزِیلًا «ما قرآنی بر تو نازل کردیم که به صورت آیات جدا از هم می‌باشد، تا آن را تدریجا و با آرامش بر مردم بخوانی (و جذب دلها شود) و به طور قطع این قرآن را ما نازل کردیم.» «۲»

وَ قالَ الَّذِینَ کَفَرُوا لَوْ لا نُزِّلَ عَلَیْهِ الْقُرْآنُ جُمْلَهً واحِدَهً کَذلِکَ لِنُثَبِّتَ بِهِ فُؤادَکَ وَ رَتَّلْناهُ تَرْتِیلًا «و کافران گفتند: چرا قرآن یکجا بر او نازل نمی‌شود؟ این به خاطر آن است که قلب تو را محکم داریم، و آن را تدریجا بر تو خواندیم.» «۳»

---

(۱)- محمد عثمان نجاتی: علم النفس فی حیاتنا الیومیهٔ، ص ۱۹۰- ۱۹۴.

(۲)- اسراء: ۱۰۶. در تفسیر این آیه در کتاب المنتخب فی تفسیر القرآن الکریم چنین آمده است: «و قد فرقنا هذا القرآن، یعنی این قرآن را به صورت تدریجی در مدتی طولانی نازل کردیم تا آن را سر فرصت برای فهمیدن مردم بخوانی.»

(۳)- فرقان: ۳۲. کذلک یعنی ما قرآن را این چنین پراکنده نازل کرده‌ایم تا بدین وسیله دلت را از طریق انس با قرآن و حفظ آن، محکم داریم. رتّلناه: یعنی آن را جدا جدا کردیم یا آن را از زبان جبرئیل بتدریج و با درنگ و مهلت خواندیم. ر ک به: المنتخب فی تفسیر القرآن الکریم.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۶۵

۶- تدریج در تعدیل رفتار

رهـایی از برخی عادتهـای قوی و زشت که مـدت زمـانی دراز آنها را انجام داده‌ایم طوری که به بخشـی از رفتار ثابت و جا افتاده ما تبـدیل شده‌انـد، برای بسـیاری از مردم کار ساده‌ای نیست، زیرا این کار به اراده‌ای قوی و تلاشـی فراوان و تمرینی مداوم نیاز دارد و این امر از عهـده بسـیاری از مردم خـارج است. از این رو، بهترین روشـی که مـا می‌توانیم برای رهایی از عادات زشت خود در پیش گیریم، اقدام و عمل به طریق «تدریج» است.

بهترین راه برای رهایی از هرگونه انفعالی، مثلا انفعال ترس، این است که بتدریج به جای آن، انفعالی مخالف آن- مانند شادمانی یا محبّت- را جایگزین کنیم تا سرانجام به رهایی کامل از انفعال ترس موفق شویم. برخی از آزمایشـهای انجام شـده توسط عـده‌ای از روان‌شـناسان معاصر ثابت کرده است که با این روش می‌توان کودک را از ترسیدن [از حیوانی مشخص]، رهایی بخشید و به جای ترس از حیوان مزبور محبت آن را به او آموزش داد. «۱»

بـا این روش می‌توانیم خود را از عادتهـای زشت برهـانیم، به این ترتیب که به جای عادات زشت، عادات مخالف آنها را قرار دهیم. برخی از روان‌شناسان معاصر در «روان درمانی» از همین روش پیروی می‌کنند.

پیش از اسلام در رفتار عربها یک سلسله عادات زشت ثابت شده‌ای وجود داشت که در نخستین مرحله دعوت اسلامی آسان نبود از مسـلمانان خواسـته شود از این عادتهای زشت، که زمانی دراز با آنها مأنوس بودند، دست بردارند. به همین دلیل اسـلام برای درمان این گونه عـادات از دو روش اسـتفاده کرد. روش اول به تـأخیر انـداختن درمان آنها تا اسـتقرار ایمان در قلبهایشان بود به طوری که بتوان از نیروی ایمان به عنوان انگیزه‌ای قوی کمک گرفت تا کار رهایی از عادتهای زشت تثبیت شـده را آسان سازد و به جای آنها عادتهای نوینی بیاموزد. به همین دلیل اکثر آیات قرآن که در ابتدای دعوت اسلامی در مکّه نازل شده‌اند، اساسا مربوط به فراخوانی مردم به سوی یگانه‌پرستی است. و پیامبر

---

(۱)- محمد عثمان نجاتی: همان مأخذ، ص ۱۳۷، ۱۳۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۶۶

اسـلام صلّی اللّه علیه و آله برای جایگزین کردن ایمان و تقوا در نفس کسانی که به دعوت او گرویده بودند، نسبت به تربیت روانی آنها احساس تعهّد می‌کرد. این امر در آماده سازی روانی مسـلمانان آن قدر مهم و ضـروری بود که آنها پیوسـته در حالت آمادگی کامل- برای تغییر دادن رفتار و عادتها و افکار و سیسـتم زنـدگی خود- به سر می‌بردنـد. و نیز آماده پـذیرش آیاتی شدند که بعدها درباره نهی از آن عادات رایج، نازل می‌شد، عادتهایی مانند شـرب خمر و رباخواری که مسـلمانان در ابتدای اسلام، به آسانی آماده ترک آنهـا نبودنـد، امـا پس از آن که ایمان، عمیقا به دل مسـلمانان راه یافت، خود انگیزه‌ای قوی شـد که از خداونـد متعال و پیامبر صلّی اللّه علیه و آله اطاعت کننـد و داوطلبانه چیزهایی را که به انجام دادن آن امر شده بودند بپذیرند، اگر چه این امور باعث امتناع آنها از عادتهای گذشـته‌ای می‌شـد که قبلا سالهای طولانی در رفتار آنها تثبیت شده بود. مثلا وقتی آیه تحریم شـرب خمر نازل شـد همه مسلمانان از نوشیدن شراب سرباز زدند و شرابهای موجود را در خیابانهای مدینه روی زمین ریختند.

اما دومین روشـی که قرآن برای درمان عادتهای قوی و زشت و جایگزین شده در مسلمانان به کار برد، آماده سازی تدریجی روانی آنها برای رهایی از این عادتها بود و این کار از طریق ایجاد نوعی واکنش مخالف تدریجی در قبال عادتی که می‌بایست از آنها رها شونـد، صورت می‌گرفت. قرآن در خصوص درمان «بیماری» شـرابخواری از همین روش اسـتفاده کرد، یعنی ابتـدا بـدون این که به تحریم کامـل شـراب بپردازد به ایجـاد نفرت و انزجـار از آن پرداخت. آنگـاه بتدریـج مسـلمانان را به سوی تحریم کامـل سوق داد. نخستین آیه‌ای که دربـاره شـراب نـازل شـد به این موضوع اشاره می‌کرد که زیانهای شـراب از منافعش بیشتر است. این مسأله باعث شد که مسـلمانان نسبـت به شـراب نوعی نفرت احساس کنند و تشویق شوند که آن را نیاشامند به طوری که برخی از صحابه پس از

نزول این آیه عملا شرب خمر را کنار گذاشتند، در حالی که مسلمانان بکلی آن را ترک نکرده بودند، خداوند می‌فرماید:

یَسْئَلُونَکَ عَنِ الْخَمْرِ وَ الْمَیْسِرِ قُلْ فِیهِما إِثْمٌ کَبِیرٌ وَ مَنافِعُ لِلنَّاسِ وَ إِثْمُهُما أَکْبَرُ مِنْ نَفْعِهِما ...

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۶۷

«درباره شراب و قمار از تو سؤال می‌کنند، بگو در آنها گناه بزرگی است و منافعی (از نظر مادی) برای مردم دارند (ولی) گناه آنها از نفع آنها بیشتر است ...» «۱»

پس از نزول آیه فوق، قرآن بتدریج، به صورت قاطع‌تر به ایجاد نفرت از شرب خمر پرداخت و مسلمانان را به پرهیز و نیاشامیدن آن تشویق کرد. این کار وقتی صورت گرفت که برخی از صحابه در حالت مستی نماز می‌خواندند در نتیجه در قراءت قرآن (در نماز) دچار اشتباه می‌شدند. قرآن نیز خواندن نماز را در حال مستی بر آنان حرام کرد و به این ترتیب شراب در واقع در بیشتر اوقات روز تحریم شد.

یا أَیُّهَا الَّذِینَ آمَنُوا لا تَقْرَبُوا الصَّلاةَ وَ أَنْتُمْ سُکاری حَتَّی تَعْلَمُوا ما تَقُولُونَ ...

«ای کسانی که ایمان آورده‌اید در حالی که مست هستید به نماز نزدیک نشوید تا بدانید چه می‌گویید ...» «۲»

اصولا- پنج بار امتناع ورزیدن از شرب خمر در روز، که تقریبا اکثر ساعات روز را در برمی‌گیرد، نوعی تمرین و دل‌کندن از شرابخواری برای مسلمانان محسوب می‌شد، همین تمرین آنان را از نظر روانی آماده انتقال به مرحله بعدی یعنی امتناع کامل از شرابخواری کرد که این مرحله نیز با نزول آیه‌ای که شراب را به طور کامل و قطعی تحریم کرد، تکمیل شد.

یا أَیُّهَا الَّذِینَ آمَنُوا إِنَّمَا الْخَمْرُ وَ الْمَیْسِرُ وَ الْأَنْصابُ وَ الْأَزْلامُ رِجْسٌ مِنْ عَمَلِ الشَّیْطانِ فَاجْتَنِبُوهُ لَعَلَّکُمْ تُفْلِحُونَ إِنَّما یُرِیدُ الشَّیْطانُ أَنْ یُوقِعَ بَیْنَکُمُ الْعَداوَةَ وَ الْبَغْضاءَ فِی الْخَمْرِ وَ الْمَیْسِرِ وَ یَصُدَّکُمْ عَنْ ذِکْرِ اللَّهِ وَ عَنِ الصَّلاةِ فَهَلْ أَنْتُمْ مُنْتَهُونَ

---

(۱)- بقره: ۲۱۹.

(۲)- نساء: ۴۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۶۸

«ای کسانی که ایمان آورده‌اید شراب و قمار و بتها و ازلام (که یک نوع بخت‌آزمایی بود) پلیدند و از عمل شیطانند، از آنها دوری کنید تا رستگار شوید شیطان می‌خواهد در میان شما به وسیله شراب و قمار عداوت ایجاد کند و شما را از ذکر خدا و از نماز بازدارد آیا (با این همه زیان و فساد و با این نهی اکید) خودداری خواهید کرد؟!» «۱» این روش تدریجی که برای تحریم شراب به کار رفت، کم‌کم علاقه مسلمانان را به شراب کاهش داد و نوعی واکنش مخالف، یعنی نفرت و ناخشنودی را جایگزین آن کرد و این کار تا رسیدن به هدف مطلوب بتدریج انجام گرفت. چون پس از این مقدمات همین که آیه تحریم شراب نازل شد، تمام مسلمانان مدینه شرابهای موجود در منازل خود را به خیابانهای مدینه ریختند و از شرّ آن رها شدند. حال اگر آیه تحریم شراب در مکّه و در اثنای نخستین مراحل دعوت به اسلام نازل می‌شد، انتظار نمی‌رفت آن تأثیری را در مسلمانان برجای نهد که به هنگام نزول آیه در مدینه- یعنی وقتی که ایمان در دلهاشان قویا مستقر شده بود- برجای گذاشت. زیرا تحریم تدریجی خمر قبلا آنها را از نظر روانی آماده کرده بود که به مجرّد نزول آیه تحریم از شرابخواری دل بکنند. از عایشه روایت شده است که گفت: «اولین سوره‌ای که نازل شد سوره‌ای از سوره‌های کوتاه بود که در آن ذکر بهشت و جهنّم آمده است و این روند همچنان ادامه داشت تا وقتی که مردم به اسلام تمایل پیدا کردند، آن وقت اوامر حلال و حرام نازل شد. اگر در آغاز اسلام چیزی مثل لا تشربوا الخمر «شراب ننوشید» نازل می‌شد، می‌گفتند: ما هرگز شراب را رها نخواهیم کرد. و یا اگر حکم تحریم زنا «لا تزنوا» نازل می‌شد، می‌گفتند: ما زنا را ابدا رها نمی‌کنیم.» «۲»

همچنین قرآن در خصوص تحریم ربا که در میان اعراب جاهلی رواج داشت از همین روش پیروی کرد و به تحریم تدریجی آن پرداخت. در مسأله تحریم ربا، می‌توان به چهار

---

(۱)- مائده: ۹۰، ۹۱.

(۲)- فتح الباری بشرح صحیح البخاری، ج ۱۹، ص ۴۸.

مرحله اشاره کرد. «۱»

در مرحله اول خداوند متعال در آیه زیر از رباخواری اظهار عدم رضایت می‌کند:

وَ ما آتَيْتُمْ مِنْ رِباً لِيَرْبُوَا فِي أَمْوالِ النَّاسِ فَلا يَرْبُوا عِنْدَ اللَّهِ ...

«آنچه را به عنوان ربا می‌پردازید تا در اموال مردم فزونی یابد، نزد خدا فزونی نخواهد یافت.» «۲»

در مرحله دوم آیه‌ای نازل شد که در آن یهودیان به سبب رباخواری تهدید شده بودند، و این خود نوعی اشاره به تحریم ربا می‌باشد گرچه تصریحی به تحریم آن ندارد:

فَبِظُلْمٍ مِنَ الَّذِينَ هادُوا حَرَّمْنا عَلَيْهِمْ طَيِّباتٍ أُحِلَّتْ لَهُمْ وَ بِصَدِّهِمْ عَنْ سَبِيلِ اللَّهِ كَثِيراً وَ أَخْذِهِمُ الرِّبَوا وَ قَدْ نُهُوا عَنْهُ وَ أَكْلِهِمْ أَمْوالَ النَّاسِ بِالْباطِلِ وَ أَعْتَدْنا لِلْكافِرِينَ مِنْهُمْ عَذاباً أَلِيماً «به خاطر ظلمی که از یهود صادر شد و (نیز) به خاطر جلوگیری کردن بسیار از راه خدا قسمتی از چیزهای پاکیزه را که بر آنها حلال بود تحریم کردیم و (همچنین) به خاطر رباخواری در حالی که از آن نهی شده بودند و خوردن اموال مردم به باطل و برای کافران آنها، عذاب دردناکی آماده کرده‌ایم.» «۳»

در مرحله سوم خداوند متعال آن ربای فاحش با سودهای چند برابر را که در میان اعراب جاهلی مرسوم بود، حرام کرد. می‌فرماید:

---

(۱)- مصطفی الرافعی: الاسلام و مشکلات العصر، بیروت: دار الکتاب اللبنانی، ۱۹۷۲، ص ۲۰۰، ۲۰۱.

(۲)- روم: ۳۹.

(۳)- نساء: ۱۶۰، ۱۶۱.

يا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لا تَأْكُلُوا الرِّبَوا أَضْعافاً مُضاعَفَةً وَ اتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ «ای کسانی که ایمان آورده‌اید ربا (و سود پول) را چند برابر نخورید، از خدا بپرهیزید تا رستگار شوید.» «۱»

و در مرحله چهارم، خداوند متعال در آیه‌های زیر ربا را قاطعانه تحریم کرد:

الَّذِينَ يَأْكُلُونَ الرِّبا لا يَقُومُونَ إِلَّا كَما يَقُومُ الَّذِي يَتَخَبَّطُهُ الشَّيْطانُ مِنَ الْمَسِّ ذلِكَ بِأَنَّهُمْ قالُوا إِنَّمَا الْبَيْعُ مِثْلُ الرِّبا وَ أَحَلَّ اللَّهُ الْبَيْعَ وَ حَرَّمَ الرِّبا فَمَنْ جاءَهُ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّهِ فَانْتَهى فَلَهُ، ما سَلَفَ وَ أَمْرُهُ، إِلَى اللَّهِ وَ مَنْ عادَ فَأُولئِكَ أَصْحابُ النَّارِ هُمْ فِيها خالِدُونَ يَمْحَقُ اللَّهُ الرِّبا وَ يُرْبِي الصَّدَقاتِ وَ اللَّهُ لا يُحِبُّ كُلَّ كَفَّارٍ أَثِيمٍ «کسانی که ربا می‌خورند برنمی‌خیزند مگر مانند کسی که بر اثر تماس شیطان، دیوانه شده و نمی‌تواند تعادل خود را حفظ کند (گاهی زمین می‌خورد گاهی بپا می‌خیزد) این به خاطر آن است که گفتند بیع هم مانند ربا است (و تفاوتی میان آن دو نیست) در حالی که خدا بیع را حلال کرده و ربا را حرام (زیرا فرق میان این دو بسیار است) و اگر کسی اندرز الهی به او برسد و (از رباخواری) خودداری کند سودهایی که در سابق (قبل از نزول حکم تحریم) به دست آورده مال او است (و این حکم، گذشته را شامل نمی‌شود) و کار او به خدا واگذار می‌شود (و گذشته او را خواهد بخشید) اما کسانی که بازگردند (و مجددا مرتکب این گناه بشوند) اهل آتش خواهند بود و همیشه در آن می‌مانند خداوند ربا را نابود می‌کند و صدقات

را افزایش می‌دهد، و خداوند هیچ انسان ناسپاس گنهکار را دوست نمی‌دارد.» «۲»

---

(۱)- آل عمران: ۱۳۰.

(۲)- بقره: ۲۷۵، ۲۷۶.

قرآن و روانشناسی، ص: ۲۷۱

يا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَ ذَرُوا ما بَقِيَ مِنَ الرِّبا إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ فَإِنْ لَمْ تَفْعَلُوا فَأْذَنُوا بِحَرْبٍ مِنَ اللَّهِ وَ رَسُولِهِ وَ إِنْ تُبْتُمْ فَلَكُمْ رُؤُسُ أَمْوالِكُمْ لا تَظْلِمُونَ وَ لا تُظْلَمُونَ «ای کسانی که ایمان آورده‌اید از خدا بپرهیزید و آنچه از (مطالبات) ربا باقی مانده رها کنید؛ اگر ایمان دارید اگر (چنین) نمی‌کنید بدانید با جنگ با خدا و رسول او روبرو خواهید بود و اگر توبه کنید سرمایه‌های شما از آن شماست (اصل سرمایه بدون سود)، نه ستم می‌کنید و نه بر شما ستم وارد می‌شود.» «۱»

نخستین آیه‌ای که درباره ربا نازل شد، یعنی همان آیه‌ای که اشاره به عدم رضایت خداوند متعال از رباخواری دارد، مکی است. اما آیات دیگری که بعدا نازل شدند بخصوص آیاتی که قاطعانه ربا را تحریم کردند مدنی هستند. از این جا روشن می‌شود که تحریم قاطع ربا نیز پس از جایگزینی و استقرار ایمان در دلهای مسلمانان، صورت گرفته است.

روشی که قرآن برای درمان «بیماری» شرابخواری و رباخواری در پیش گرفت همان روش ایجاد تدریجی واکنش نفرت‌آمیز و ناخوشایند نسبت به شراب و ربا در مسلمانان بود و این نفرت باید آن قدر نیرومند می‌شد که می‌توانست بر علاقه و تمایل مسلمانان نسبت به شراب و ربا غلبه یابد. به این ترتیب قرآن توانست این دو عادت قوی تثبیت شده در رفتار عربها را با موفقیت درمان کند و با روشی حساب شده و در کمال دقت و حکمت نابودشان سازد.

برخی از روان درمانگران به کمک تحقیقات اسکینر B .F .Skinner، جدیدا به روشی در روان- درمانی دست یافتند که تا حد زیادی شبیه همان روشی است که قرآن در مسأله تحریم شراب و ربا به کار برده است. این روش در اصطلاح روان- درمانی به نام «تشکیل» معروف است.

یکی از نمونه‌های تعدیل رفتار از طریق «تشکیل»، حالت یک بیمار روانی بود که در

---

(۱)- بقره: ۲۷۸، ۲۷۹.

قرآن و روانشناسی، ص: ۲۷۲

یکی از تیمارستانها تحت درمان قرار داشت. او از رفتن به یک اتاق خاص که برای انجام برخی از آزمایشها روی بیماران آماده شده بود و در طبقه همکف تیمارستان قرار داشت، امتناع می‌ورزید. روش به کار گرفته شده با این بیمار برای تشویقش به ورود به اتاق مزبور چنین بود که برای انجام کارهایی که او را به تدریج به هدف مطلوب نهایی (ورود به اتاق) نزدیک می‌کردند، پاداش دریافت می‌نمود. مثلا وقتی بیمار برای اولین بار سرش را به طرف دری که به پلکان منتهی به طبقه همکف باز می‌شد، برگرداند، پزشک معالج به سرعت یک قطعه شیرینی مورد علاقه بیمار را به وی پاداش داد. این کار سبب شد، بیمار با شتاب نگاه کردن به آن «در» را تکرار کند و برای هر نگاه نیز یک عدد شیرینی پاداش بگیرد. پس از تکرار چندین باره این کار، بیمار چند گامی برداشت و در مقابل «در» ایستاد. در پایان این مرحله از تمرین، پزشک معالج پاداش را قطع کرد مگر این که بیمار یک گام به طرف در برمی‌داشت. این مرحله نیز پس از دریافت چند پاداش توسط بیمار پایان یافت و مرحله بعدی یعنی گام برداشتن بیمار به طرف پلکان منتهی به طبقه همکف به همان ترتیب یعنی با دادن پاداش شروع شد و درمان چندین روز به همین شکل ادامه یافت تا وقتی که بیمار خود از پله‌ها پایین آمد و وارد اتاق مخصوص آزمایش شد. «۱»

همچنین اگر بخواهیم به کودکی نوعی واکنش مشکل را یاد بدهیم، می‌توانیم از طریق ایجاد و تشکیل تدریجی واکنش مزبور در کودک، به این کار موفق شویم مثلا- نسبت به کودکی که قبلا نظافت و حمام رفتن در وقت مناسب را نیاموخته و سنش نیز از آن حدّی که اکثر کودکان این گونه مسائل را در آن سن یاد می‌گیرند، گذشته است، این چنین عمل می‌کنیم که در مرحله اول همین که او نسبت به حمام رفتن واکنش مثبت نشان داد، او را با دادن پاداش [شیرینی] تشویق می‌کنیم. پس از طی این مرحله، مرحله دوم درمان را آغاز می‌کنیم، یعنی از او می‌خواهیم که به هنگام نیاز، کودک، خود به طور غیر ارادی به حمام برود و وقتی این کار را کرد پاداش بیشتری [شیرینی بزرگتری] به او می‌دهیم و تقدیر زیادتری از او به عمل می‌آوریم تا این که خود کودک پیش از رفتن غیرارادی به حمام، به

---

(۱)- سارنف ا. مونیک، هواردر. ژولای، و الیزابت ف. لوفاتز: التعلم [یادگیری]، ترجمه محمد عماد الدین اسماعیل، ویرایش محمد عثمان نجاتی. بیروت: دار الشروق، ۱۹۸۱، ص ۲۱، ۲۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۷۳

والدین بگوید که نیاز به استحمام دارد و می‌خواهد به حمام برود. «۱»

این روش در روان- درمانی اساسا بر ایجاد تدریجی واکنشی تکیه دارد که منظور اصلی، یادگیری آن از طریق یادگیری تدریجی انواعی از واکنشهای متوسط می‌باشد، واکنشهای متوسطی که بتدریج به سوی ایجاد واکنش مطلوب پیش می‌رود. این نوع درمان، شبیه همان روشی است که قرآن قبلا برای درمان بیماری شرابخواری و رباخواری در پیش گرفته بود.

«ژوزف ولپهJoseph Wolpe نیز برای درمان حالت ترسی که مربوط به اشیای معیّنی می‌باشد، روش «تدریج» را به کار برده است. این نوع درمان، از طریق ایجاد واکنش مخالف ترس، صورت می‌گیرد، مانند «آرام سازی» در برابر یک سلسله تدریجی از اشیایی که شبیه همان شیء اصلی برانگیزنده ترس هستند. ولی این ترتیب باید در یک سیستم تدریجی از کوچکترین چیز ترس برانگیز، تا بزرگترین آن شروع شود، به طوری که آن شیء اصلی ترسناک که درمان حالت ترس فرد از آن شیء مورد نظر می‌باشد، باید آخرین حلقه این زنجیره را تشکیل دهد. در این روش، درمان به این ترتیب شروع می‌شود، که به مریض تعلیم می‌دهند، آن شیء ترس برانگیز موجود در نخستین حلقه این زنجیره را با اعصابی آرام و در حالت آرامش کامل در ذهن خود مجسّم کند تا ترس مربوط به آن از بین برود. سپس درمان به مرحله دوم منتقل می‌شود. در این مرحله باز به بیمار گفته می‌شود که شیء دوم موجود در سلسله مزبور را که بیشتر از اولی ترس برانگیز است، در حالت آرامش و استراحت کامل تخیّل کند. در این مرحله نیز درمان تا از بین رفتن ترس مربوط به آن شیء ادامه می‌یابد. به این ترتیب درمان با رهایی تدریجی از ترسی که مربوط به این سلسله تدریجی از اشیای ترس برانگیز است. ادامه می‌یابد تا وقتی که سرانجام به رهایی از آن ترسی بینجامد که مربوط به همان چیزی بود که در رأس این زنجیره قرار داشت یعنی همان چیزی که اساسا درمان به خاطر رهایی از آن آغاز

---

(۱)- گولیان روتر: علم النفس الإکلینیکی (روانشناسی بالینی)، ترجمه عطیه محمود هنا، ویرایش محمد عثمان نجاتی، چاپ دوم، بیروت: دار الشروق، ۱۹۸۴، ص ۱۵۹، ۱۶۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۷۴

شده بود. «۱»

استفاده از روش تدریج یا گام به گام را در یاد دادن واکنشهای سخت یا در روان- درمانی با هدف رهانیدن انسان از برخی عادتها یا انفعالات ناخوشایند که روان شناسان معاصر اخیرا به آن رسیده‌اند، قرآن از چهارده قرن پیش در خصوص درمان بیماری

شرابخواری و رباخواری به کار برده است.

---

(۱)- ریچارد. م. شواین: علم الامراض النفسیّة و العقلیة، ترجمه احمد عبد العزیز سلامة، قاهره، دار النهضة العربیة، ۱۹۷۹، ص ۸۴۶-۸۵۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۷۵

فصل ششم علم لدنّی در قرآن

الف- الهام و رؤیا

توانایی عقل انسان در شناخت حقایق و کسب علوم محدود است. زیرا انسان نمی‌تواند به همه حقایق هستی احاطه داشته باشد، چنان که با کوشش فردی نیز از رسیدن به شناخت حقایق غیبی عاجز است.

... وَ ما أُوتِیتُمْ مِنَ الْعِلْمِ إِلَّا قَلِیلًا «... و جز اندکی از دانش به شما داده نشده است.» «۱»

عقل انسان علاوه بر محدودیت، در معرض خطاهای تفکر که ما در فصل چهارم یعنی فصل مربوط به «تفکر در قرآن» به آنها اشاره کردیم، و نیز در معرض غفلت و فراموشی قرار دارد. به همین دلیل، انسان همواره به هدایت و راهنمایی خداوند چه از طریق پیامبران و فرستادگان الهی و چه از طریق الهام و رؤیا برای رسیدن به خیر و مصلحت خویش، نیازمند است. اصولا وظیفه پیامبرانی که خداوند در طول قرون مختلف تاریخ مبعوث کرده است، تنها هدایت مردم و تعلیم شعائر دینی و خیر و مصلحت نوع بشر بوده است.

---

(۱)- اسراء: ۸۵.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۷۶

کانَ النَّاسُ أُمَّةً واحِدَةً فَبَعَثَ اللَّهُ النَّبِیِّینَ مُبَشِّرِینَ وَ مُنْذِرِینَ وَ أَنْزَلَ مَعَهُمُ الْکِتابَ بِالْحَقِّ لِیَحْکُمَ بَیْنَ النَّاسِ فِیمَا اخْتَلَفُوا فِیهِ ...

«مردم (در آغاز) یک دسته بیشتر نبودند، سپس در میان آنها اختلاف (و تضادهایی) به وجود آمد، خداوند پیامبران را برانگیخت تا مردم را بشارت دهند و انذار کنند و کتاب آسمانی که به سوی حق دعوت می‌کرد بر آنها نازل نمود، تا در میان مردم در آنچه اختلاف داشتند حکومت کند ...» «۱»

وَ لَقَدْ بَعَثْنا فِی کُلِّ أُمَّةٍ رَسُولًا أَنِ اعْبُدُوا اللَّهَ وَ اجْتَنِبُوا الطَّاغُوتَ ...

«ما در هر امتی رسولی فرستادیم که خدای یکتا را بپرستید و از طاغوت اجتناب کنید ...» «۲»

لَقَدْ أَرْسَلْنا رُسُلَنا بِالْبَیِّناتِ وَ أَنْزَلْنا مَعَهُمُ الْکِتابَ وَ الْمِیزانَ لِیَقُومَ النَّاسُ بِالْقِسْطِ ...

«همانا ما پیمبران خود را با ادله و معجزات فرستادیم و با ایشان کتاب و میزان عدل نازل کردیم تا مردم به راستی و عدالت گرایند ...» «۳»

علم لدنّی «۴» که از طریق الهام و رؤیا حاصل می‌شود، تنها مخصوص پیامبران نیست،

---

(۱)- بقره: ۲۱۳.

(۲)- نحل: ۳۶.

(۳)- حدید: ۲۵.

(۴)- علم لـدنّی، همـان علم ربـانی است که از طریق الهـام به کسـی که شایسـتگی آن را وادارد، و اصـل می‌شود (ر ک به: المعجم الوسیط).

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۷۷

بلکـه بجز آنـان افراد دیگری کـه دارای شـرایطی ویژه، [صـلاحیّت و تقـوا و صـفای دل و شـفافیت روح] باشـند، ممکن است آن را تحصیل کنند.

الهام، نوعی علم و آگاهی است که خداونـد به انسان افاضه می‌فرماید و در دلش می‌افکند، در نتیجه برخی از اسـرار بر او آشـکار و برخی از حقایق برایش روشن می‌شونـد. در قرآن آیات فراوانی وجود دارد که به علم لـدنی که خداونـد به پیامبران و فرسـتادگانش افاضه فرموده است، اشاره می‌کند. یک نمونه از این موارد ماجرای قضاوت و داوری داود و سلیمان علیهما السّلام است که قرآن در سوره انبیاء نقل می‌کند:

«آنهـا به داوری میـان دو مردی پرداختنـد که یکی از آنـان مزرعه‌دار بود و شـکایت به نزد داود آورد که گوسـفندان مرد دیگر، در مزرعه‌اش چریده و آن را فاسد و تباه کرده‌اند.

داود علیه السّـلام حکم داد که گوسـفندان می‌بـایست به تملک مزرعه‌دار درآیـد، اما خداونـد به سـلیمان علیه السّـلام الهام کرد که مزرعه‌دار می‌بایست تنها از شـیر و برّه و پشم گوسـفندان اسـتفاده کند تا وقتی که صاحب گوسـفندان، مزرعه خراب شده را اصلاح کنـد و به حالت سابق برگردانـد و تنها در این صورت گوسـفندانش به او برگردانده خواهد شد. داود علیه السّـلام نیز وقتی برتری و رجحان قضاوت سلیمان را مشاهده کرد، آن را پذیرفت. خداوند متعال در این باره چنین می‌فرماید:

وَ داوُدَ وَ سُلَیْمانَ إِذْ یَحْکُمانِ فِی الْحَرْثِ إِذْ نَفَشَتْ فِیهِ غَنَمُ الْقَوْمِ وَ کُنَّا لِحُکْمِهِمْ شاهِدِینَ فَفَهَّمْناها سُلَیْمانَ وَ کُلًّا آتَیْنا حُکْماً وَ عِلْماً ...

«و داود و سـلیمان را (به خـاطر آور)، هنگامی که درباره کشتزاری که گوسـفندان قوم آن را شـبانه چریـده (و خراب کرده) بودنـد، داوری می‌کردنـد و مـا شاهـد قضـاوت آنها بودیم ما (حکم واقعی) آن را به سـلیمان تفهیم کردیم و به هر یک از آنها (شایسـتگی) داوری و علم دادیم ...» «۱»

---

(۱)- انبیاء: ۷۸، ۷۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۷۸

و نیز نمونه دیگر الهـام در قرآن، مسـأله تعلیم زره‌سازی به داود علیه السّـلام از سوی خداونـد متعال است که قرآن آن را ذکر کرده است. [ضمنا قابل ذکر است که داود علیه السّلام نخستین زره‌ساز دنیا بود].

وَ عَلَّمْناهُ صَنْعَةَ لَبُوسٍ لَکُمْ لِتُحْصِنَکُمْ مِنْ بَأْسِکُمْ فَهَلْ أَنْتُمْ شاکِرُونَ «و ساختن زره را به او تعلیم دادیم تا شما را در جنگهایتان حفظ کند آیا شکر (این نعمتهای خدا را) می‌گذارید؟» «۱» در مورد داود علیه السّلام همچنین می‌فرماید:

... وَ آتاهُ اللَّهُ الْمُلْکَ وَ الْحِکْمَةَ وَ عَلَّمَهُ مِمَّا یَشاءُ ...

«... و خداوند حکومت و دانش را به او (داود) بخشید و از آنچه می‌خواست به او تعلیم داد ...» «۲»

خداوند همچنین از طریق الهام به یوسف علیه السّلام علم تعبیر خواب را یاد داد.

وَ کَذلِکَ یَجْتَبِیکَ رَبُّکَ وَ یُعَلِّمُکَ مِنْ تَأْوِیلِ الْأَحادِیثِ ...

«و این گونه پروردگارت تو را برمی‌گزیند و از تعبیر خوابها به تو می‌آموزد ...» «۳»

... وَ کَذلِکَ مَکَّنَّا لِیُوسُفَ فِی الْأَرْضِ وَ لِنُعَلِّمَهُ مِنْ تَأْوِیلِ الْأَحادِیثِ وَ اللَّهُ غالِبٌ عَلی أَمْرِهِ

(۱)- انبیاء: ۸۰.

(۲)- بقره: ۲۵۱.

(۳)- یوسف: ۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۷۹

وَ لکِنَّ أَکْثَرَ النَّاسِ لا یَعْلَمُونَ وَ لَمَّا بَلَغَ أَشُدَّهُ آتَیْناهُ حُکْماً وَ عِلْماً وَ کَذلِکَ نَجْزِی الْمُحْسِنِینَ «... و این چنین یوسف را در آن سرزمین متمکّن ساختیم (ما این کار را کردیم) تا تعبیر خواب را بیاموزد و خداوند بر کار خود پیروز است ولی اکثر مردم نمی‌دانند و هنگامی که به مرحله بلوغ و قوت رسید ما «حکم» و «علم» به او دادیم» و این چنین نیکوکاران را پاداش می‌دهیم.» «۱»

و وقتی یوسف علیه السّلام از برادرانش خواست که پیراهنش را ببرند و بر چهره پدر بیندازند تا دوباره بینا شود، در واقع قبلا از طریق الهام الهی دریافته بود که همزمان با انداختن پیراهن بر چهره پدر، او بینایی خود را باز خواهد یافت.

اذْهَبُوا بِقَمِیصِی هذا فَأَلْقُوهُ عَلی وَجْهِ أَبِی یَأْتِ بَصِیراً ...

«این پیراهن مرا ببرید و به صورت پدرم بیندازید، بینا می‌شود ...» «۲»

و نیز یعقوب علیه السّلام از طریق الهام الهی درباره یوسف چیزهایی می‌دانست که فرزندانش از آنها آگاهی نداشتند.

قالَ إِنَّما أَشْکُوا بَثِّی وَ حُزْنِی إِلَی اللَّهِ وَ أَعْلَمُ مِنَ اللَّهِ ما لا تَعْلَمُونَ «گفت من غم و اندوهم را تنها به خدا می‌گویم (و شکایت نزد او می‌برم) و از خدا چیزهایی می‌دانم که شما نمی‌دانید.» «۳»

(۱)- یوسف: ۲۱، ۲۲.

(۲)- یوسف: ۹۳.

(۳)- یوسف: ۸۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۸۰

فَلَمَّا أَنْ جاءَ الْبَشِیرُ أَلْقاهُ عَلی وَجْهِهِ فَارْتَدَّ بَصِیراً قالَ أَ لَمْ أَقُلْ لَکُمْ إِنِّی أَعْلَمُ مِنَ اللَّهِ ما لا تَعْلَمُونَ «اما هنگامی که بشارت دهنده آمد، آن (پیراهن) را به صورت او افکند، ناگهان بینا شد، گفت آیا به شما نگفتم من از خدا چیزهایی سراغ دارم که شما نمی‌دانید.» «۱»

و باز درباره یعقوب علیه السّلام می‌فرماید:

... وَ إِنَّهُ لَذُو عِلْمٍ لِما عَلَّمْناهُ ...

«... و او از برکت تعلیمی که ما به او داده‌ایم علم فراوانی دارد ...» «۲»

در قرآن آیات بسیاری وجود دارد که به مسأله الهام علم و حکمت توسط خداوند متعال به پیامبران و فرستادگان الهی اشاره می‌کند.

یکی از نمونه‌های بارز مطرح شدن علم لدنی در قرآن همان چیزی است که در سوره کهف درباره «عبد صالح» یعنی همان فردی که موسی علیه السّلام از او تقاضا کرد که به منظور یادگیری همراهش باشد، آمده است.

فَوَجَدا عَبْداً مِنْ عِبادِنا آتَیْناهُ رَحْمَةً مِنْ عِنْدِنا وَ عَلَّمْناهُ مِنْ لَدُنَّا عِلْماً قالَ لَهُ، مُوسی هَلْ أَتَّبِعُکَ عَلی أَنْ تُعَلِّمَنِ مِمَّا عُلِّمْتَ رُشْداً « (در آن جا) بنده‌ای از بندگان ما را یافتند که او را مشمول رحمت خود ساخته و از سوی خود علم فراوانی به او تعلیم داده بودیم. موسی به او گفت آیا من از تو

(۱)- یوسف: ۹۶.

(۲)- یوسف: ۶۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۸۱

پیروی کنم تا از آنچه به تو تعلیم داده شده است و مایه رشد و صلاح می‌باشد به من بیاموزی.» «۱»

با این که موسی علیه السّلام پیامبر و فرستاده خدا بود، علم لدنی را که خداوند، ویژه آن «عبد صالح» قرار داده بود نمی‌دانست، علمی که به واسطه آن اسرار پنهانی که حتی پیامبر خدا، [موسی علیه السّلام] نیز از آنها آگاهی نداشت، بر «عبد صالح» آشکار بود. مثلا آن عبد صالح (حضرت خضر علیه السّلام) به اذن خدا می‌دانست پادشاهی وجود دارد که کشتیهای سالم را به زور تصاحب می‌کند. او به همین دلیل یک کشتی را که صاحبانش چند تن از فقرا و بینوایان بودند سوراخ کرد تا آن را از کار بیندازد و در نتیجه از غصب شدن کشتی توسط شاه ستمکار جلوگیری کند. و نیز می‌دانست بچه‌ای که به دست او کشته شده [اگر زنده می‌ماند، در آینده] به والدین صالح خود ستم می‌کرد و خواست خدا این بود که به جای او فرزندی بهتر به آنها عطا کند. او همچنین می‌دانست که زیر دیواری که بزودی فرو خواهد ریخت گنجی متعلق به دو کودک یتیم آن شهر که پدری صالح داشتند، نهفته است. لذا به منظور حفظ گنج برای آن دو کودک، دیوار مزبور را تعمیر و دوباره برپا کرد تا کودکان بزرگ شوند و گنج خود را از زیر دیوار بیرون آورند. «عبد صالح» بعدا به موسی گفت: آنچه را که او انجام داده است نه از پیش خود، بلکه به دستور خداوند متعال بوده است.

... وَ ما فَعَلْتُهُ عَنْ أَمْرِی ...

«... من از پیش خود این کارها را نکردم ...» «۲»

در قرآن آیات زیادی آمده است که نشان می‌دهد وحی یا الهام الهی ممکن است

---

(۱)- کهف: ۶۵، ۶۶.

(۲)- کهف: ۸۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۸۲

برای غیر انبیا و فرستادگان خداوند نیز پیش آید. مثلا برای مادر موسی علیه السّلام این حالت پیش آمد.

إِذْ أَوْحَیْنا إِلی أُمِّکَ ما یُوحی أَنِ اقْذِفِیهِ فِی التَّابُوتِ فَاقْذِفِیهِ فِی الْیَمِّ ...

«آن هنگام که (برای حفظ جان تو از بلای فرعونیان) به مادرت وحی کردیم که کودک خود را در صندوقی گذار و به دریا افکن ...» «۱»

وَ أَوْحَیْنا إِلی أُمِّ مُوسی أَنْ أَرْضِعِیهِ فَإِذا خِفْتِ عَلَیْهِ فَأَلْقِیهِ فِی الْیَمِّ وَ لا تَخافِی وَ لا تَحْزَنِی إِنَّا رَادُّوهُ إِلَیْکِ وَ جاعِلُوهُ مِنَ الْمُرْسَلِینَ «و به مادر موسی وحی کردیم که طفلت را شیر ده و چون از آسیب فرعونیان بر او ترسان شوی به دریا افکن و دیگر بر او هرگز مترس و محزون مباش که ما او را به تو باز آوریم و هم از پیغمبران مرسلش گردانیم.» «۲»

و نیز خداوند متعال به حواریون الهام کرد که به عیسی علیه السّلام ایمان بیاورند.

وَ إِذْ أَوْحَیْتُ إِلَی الْحَوارِیِّینَ أَنْ آمِنُوا بِی وَ بِرَسُولِی قالُوا آمَنَّا وَ اشْهَدْ بِأَنَّنا مُسْلِمُونَ «و یاد کن هنگامی که به حواریین وحی کردیم که به من و رسول من ایمان آرید، گفتند: ایمان آوردیم، خدایا گواه باش که ما تسلیم امر تو هستیم.» «۳»

قرآن همچنین، به این موضوع اشاره می‌کند که ایمان و تقوا و اخلاص در پرستش خداوند و دارا بودن چیزهایی که مایه صفای دل و شفافیت روح هستند، انسان را آماده

(۱)- طه: ۳۸، ۳۹.

(۲)- قصص: ۷.

(۳)- مائده: ۱۱۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۸۳

دریافت یک سری وحی‌ها و الهامات از سوی خداوند می‌کند تا او را به راه حق و خیر و فضیلت و هدایت، ارشاد و راهنمایی کند.

وَ الَّذِینَ اهْتَدَوْا زادَهُمْ هُدیً وَ آتاهُمْ تَقْواهُمْ «و آنان که (به گفتارت) هدایت یافتند (لطف) خدا بر هدایت و ایمانشان بیفزود و پاداش تقوای آنها عطا فرمود.» «۱»

وَ الَّذِینَ جاهَدُوا فِینا لَنَهْدِیَنَّهُمْ سُبُلَنا وَ إِنَّ اللَّهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِینَ «و آنان که در راه ما به جان و مال جهد و کوشش کردند محققا آنها را به راه (معرفت و لطف) خویش هدایت می‌کنیم و خدا همیشه با نیکوکاران است». «۲»

... وَ اتَّقُوا اللَّهَ وَ یُعَلِّمُکُمُ اللَّهُ ...

«... و از خدا بترسید (نافرمانی حکم او نکنید) خداوند به شما تعلیم مصالح امور کند ...» «۳»

گاهی توسط فرشتگان نیز به برخی از مردم الهام می‌شود. این نوع الهام همان است که صوفیان آن را «خواطر ملکوتی» می‌نامند. در حدیث آمده است که: «دو نوع ارتباط در دل وجود دارد، یکی ارتباط با فرشته که امر به خیر و تصدیق حق می‌کند و کسی که این حالت در او پیدا شود بداند که از جانب خداست و خدا را سپاس گوید، و دیگری ارتباط با دشمن (شیطان) که امر به شرّ و تکذیب حق و نهی از معروف می‌کند و کسی که این حالت در او پیدا شود، از شرّ شیطان رجیم به خدا پناه ببرد.» «۴»

(۱)- محمد: ۱۷.

(۲)- عنکبوت: ۶۹.

(۳)- بقره: ۲۸۲.

(۴)- به نقل از، سعید حوی، تربیتنا الروحیة، ص ۱۵۵.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۸۴

روان‌شناسان معاصر درباره موضوع «الهام الهی» به تحقیق و بررسی نمی‌پردازند اما وقتی مسأله «تفکر خلّاق» را مورد بررسی قرار می‌دهند بر پیدایش اندیشه‌های نویی که ظاهرا به طور ناگهانی در جریان تفکّر درباره برخی از مشکلات علمی برای پاره‌ای از دانشمندان پیش می‌آید، اصطلاح «الهام» یا «شهود» را اطلاق می‌کنند. آنها این نوع الهام را منبعث از عقل و اندیشه شخص اندیشمند، و نه افاضه شده از یک منبع خارجی می‌دانند. مثلا انسان وقتی برای مدتی طولانی درباره یک مشکل می‌اندیشد، و موفق نمی‌شود راه حلّی برایش پیدا کند، معمولاـ برای مدتی آن را رها می‌کند و ذهنش را در آن مدت استراحت می‌دهد، اما پس از استراحت فکری، دوباره به اندیشیدن درباره آن می‌پردازد. روان‌شناسان می‌گویند در همین فاصله استراحت که خود آن را دوره حضانت فکری می‌نامند، تغییرات مهمی در کار تفکّر رخ می‌دهد. چون اوّلا اندیشه از برخی از ناخالصیها که مانع رسیدن به راه‌حل مطلوب بودند، رها می‌شود. ثانیا ذهن در فاصله استراحت از خستگی زیادی که نتیجه تداوم تفکر درباره مشکل می‌باشد، راحت می‌شود و سپس هنگامی که بعد از استراحت دوباره به مشکل مزبور بیندیشد دارای شادابی و آمادگی و صفای بیشتری خواهد شد. ثالثا نوعی سازماندهی و نظم در اطلاعات انسان پیرامون مشکل مزبور ایجاد می‌شود که باعث روشن شدن برخی از روابطی که قبلا آشکار نبودند و همچنین موجب پیدایش افکاری تازه و در نتیجه راهیابی به حل مشکل می‌شود. حتی برخی از روان‌شناسان

معتقدند که نوعی تفکر ناخودآگاه نسبت به مشکل به وجود می‌آید و ظاهرا پاره‌ای از تلاشهای مغزی نیز به نحوی ادامه می‌یابد. «۱»

در واقع میان تبیین علمی الهام که روان شناسان معاصر در جریان تبیین و تفسیر «تفکّر خلّاق» آن را ارائه می‌کنند و تبیین دینی آن، تضادی وجود ندارد. روان‌شناسان معاصر در مسأله تبیین الهام، تنها در محدوده عملیات فیزیولوژیک انجام شده در مغز و عملیات روان‌شناختی همراه آن، متوقف می‌شوند. اما یک فرد متدیّن، گرچه نظر روان‌شناسان را درباره عملیات فیزیولوژیک مغز و روان‌شناختی همراه آن، قبول دارد ولی از سطح این

---

(۱)- محمد عثمان نجاتی: علم النفس فی حیاتنا الیومیة، ص ۳۲۸- ۳۳۰.

تفسیر فراتر می‌رود و معتقد است که گاهی خواست خداوند متعال که صاحب و مدبّر تمام چیزها در عالم هستی است، اقتضا می‌کند که عملیات تفکر را در برخی از مردم طوری تنظیم کند که آنها را به کشف و شناسایی پاره‌ای از حقایق که خداوند می‌خواهد به آنها الهام کند، راهنمایی نماید. در نتیجه به نظر می‌رسد که حقایق مزبور به طور ناگهانی به صورت «شهود» به ذهنشان راه می‌یابد. گاهی خواست خدا اقتضا می‌کند که در غیر اوقات «تفکّر خلّاق» برای برخی از افراد، حالت الهام پیش آید؛ به این ترتیب که هر وقت خداوند اراده کند به انبیا و فرستادگان و دیگر بندگان خود الهام می‌کند.

روان‌شناسان پیشین مسلمان، الهام را طوری تفسیر کرده‌اند که به مفهوم دینی آن با آنچه در قرآن آمده است هماهنگی دارد. مثلا ابن سینا، الهام را که برای برخی از مردم در بیداری یا در خواب به صورت رؤیا، رخ می‌دهد، ناشی از ارتباط نفس با ملکوت یا ملأ اعلی می‌داند. «۱»

همانطور که گاهی خواست خداوند سبحان اقتضاء می‌کند که تفکّر برخی از مردم را از طریق الهام و وحی به سمت حق هدایت کند، همچنین همین مشیّت الهی گاهی چنین ایجاب می‌کند که تفکّر برخی دیگر از مردم را به دلیل استکبار و لجاجت و غفلتشان، از حق دور نگه دارد.

سَأَصْرِفُ عَنْ آیاتِیَ الَّذِینَ یَتَکَبَّرُونَ فِی الْأَرْضِ بِغَیْرِ الْحَقِّ وَ إِنْ یَرَوْا کُلَّ آیَةٍ لا یُؤْمِنُوا بِها وَ إِنْ یَرَوْا سَبِیلَ الرُّشْدِ لا یَتَّخِذُوهُ سَبِیلًا وَ إِنْ یَرَوْا سَبِیلَ الغَیِّ یَتَّخِذُوهُ سَبِیلًا ذلِکَ بِأَنَّهُمْ کَذَّبُوا بِآیاتِنا وَ کانُوا عَنْها غافِلِینَ «به زودی کسانی را که در روی زمین به ناحق تکبر می‌ورزند از ایمان به آیات خود منصرف می‌سازیم (بطوری که) اگر هر آیه و نشانه‌ای را ببینند به آن ایمان نمی‌آورند و اگر راه هدایت را ببینند راه خود را انتخاب نمی‌کنند و اگر طریق

---

(۱)- محمد عثمان نجاتی: الادراک الحسّی عند ابن سینا، بحثی پیرامون روان‌شناسی از دیدگاه عرب، چاپ سوم، بیروت: دار الشروق، ۱۶۸۰، ص ۲۱۶.

گمراهی را ببینند راه خود را انتخاب می‌کنند (همه اینها) به خاطر آن است که آیات ما را تکذیب کردند و از آن غافل بودند.» «۱»

ب- خواب و رؤیا

مسأله خواب دیدن، یکی از پدیده‌های روانی معمولی و رایج در میان مردم است و دانشمندان در ادوار مختلف تاریخ کوشیده‌اند آن را تفسیر کنند و عواملش را بشناسند.

آنها این مسأله را به صورتهای مختلفی توجیه و تفسیر کرده‌اند. به نظر آنان برخی از خوابها نتیجه احساساتی هستند که انسان در حین خواب آنها را حس می‌کند، اعم از این که احساسات مزبور ناشی از تأثیر عوامل خارجی در حواس باشند و یا نتیجه احساسات ناشی از عوامل مؤثّر درونیی که در خود بدن به وجود می‌آیند. برخی دیگر از خوابها در نتیجه ادامه اشتغال فکر به کارهایی است که در بیداری شخص را مشغول داشته است و پاره‌ای از آنها عبارت از یادآوری برخی از حوادث گذشته می‌باشد. در میان روان‌شناسان، رایجترین نظریه درباره تعبیر خواب نظریه فروید است. بر اساس این نظریه، رؤیا روش سمبلیک بیان انگیزه‌های ناخودآگاه انسان می‌باشد.

تحقیقات روان شناسان معاصر درباره «خواب» تنها شامل انواع خوابهایی که ما در بالا به آنها اشاره کرده‌ایم می‌شود، بویژه آن خوابهایی که طبق نظریه فروید بیان کننده انگیزه‌های ناخودآگاه هستند. آنها متعرض خوابهای راست و رؤیاهای صادقه که پرده از کارهایی که در آینده رخ می‌دهد برمی‌دارد، نشده‌اند. در صورتی که این نوع خواب‌گاه برای برخی از مردم اتفاق می‌افتد، چنان که در ادیان نیز ذکر شده است.

قرآن «اضغاث احلام» و «رؤیا» را ذکر می‌کند. اضغاث احلام، خوابهای درهم و برهم و پریشان و مبهم است. «۲» قرآن وقتی از اضغاث احلام نام می‌برد شاید به آن خوابهایی اشاره می‌کند که مورد بحث و تفسیر روان‌شناسان قرار گرفته، و ما قبلا به آنها اشاره

---

(۱)- اعراف: ۱۴۶.

(۲)- در المعجم الوسیط آمده است که: «اضغاث احلام» به خوابهای مشوش و پریشانی گفته می‌شود که تعبیرشان مشکل است.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۸۷

کرده‌ایم. اما رؤیا در قرآن تنها به معنای همان رؤیای صادقه است که خداوند در جریان آن، نوعی وحی یا الهام مشخصی را به انبیا و فرستادگان خود و دیگر مردم، القا می‌کند و یا حوادث آینده را به آنها خبر می‌دهد. یکی از نمونه‌ها، همان است که درباره رؤیای ابراهیم علیه السّلام آمده است. او خواب می‌بیند که مشغول ذبح فرزندش اسماعیل علیه السّلام است.

فَلَمَّا بَلَغَ مَعَهُ السَّعْيَ قالَ يا بُنَيَّ إِنِّي أَرى فِي الْمَنامِ أَنِّي أَذْبَحُكَ فَانْظُرْ ما ذا تَرى قالَ يا أَبَتِ افْعَلْ ما تُؤْمَرُ سَتَجِدُنِي إِنْ شاءَ اللَّهُ مِنَ الصَّابِرِينَ فَلَمَّا أَسْلَما وَ تَلَّهُ لِلْجَبِينِ وَ نادَيْناهُ أَنْ يا إِبْراهِيمُ قَدْ صَدَّقْتَ الرُّؤْيا إِنَّا كَذلِكَ نَجْزِي الْمُحْسِنِينَ «آنگاه که (آن پسر) رشدی یافت و با او به سعی و عمل شتافت ابراهیم گفت:

فرزندم! من در خواب دیدم که باید تو را ذبح کنم، بنگر نظر تو چیست؟ گفت:

پدرم، هر چه دستور داری اجرا کن، به خواست خدا مرا از صابران خواهی یافت.

هنگامی که هر دو تسلیم و آماده شدند و ابراهیم جبین او را بر خاک نهاد، او را ندا دادیم که ای ابراهیم، آنچه را در خواب مأموریت یافتی انجام دادی، ما این گونه، نیکوکاران را جزا می‌دهیم.» «۱»

نمونه دیگر رؤیای صادقه که در قرآن آمده است خواب حضرت یوسف علیه السّلام می‌باشد.

إِذْ قالَ يُوسُفُ لِأَبِيهِ يا أَبَتِ إِنِّي رَأَيْتُ أَحَدَ عَشَرَ كَوْكَباً وَ الشَّمْسَ وَ الْقَمَرَ رَأَيْتُهُمْ لِي ساجِدِينَ قالَ يا بُنَيَّ لا تَقْصُصْ رُؤْياكَ عَلى إِخْوَتِكَ فَيَكِيدُوا لَكَ كَيْداً إِنَّ الشَّيْطانَ لِلْإِنْسانِ عَدُوٌّ مُبِينٌ

---

(۱)- صافات: ۱۰۲- ۱۰۵.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۸۸

« (به خاطر آر) هنگامی را که یوسف به پدرش گفت: پدرم! من در عالم رؤیا دیدم که یازده ستاره و خورشید و ماه در برابرم

سجده می‌کنند. یعقوب گفت: ای فرزند عزیز! خواب خود را با برادرانت بازگو مکن که برای تو نقشه خطرناک می‌کشند، چرا که شیطان دشمن آشکار انسان است.» «۱»

این رؤیای یوسف وقتی به تحقق پیوست که وی برادران و والدین خود را نزد خویش خواند و آنها وقتی بر او وارد شدند به احترام و در تجلیل از مقامش به سجده افتادند.

وَ رَفَعَ أَبَوَیْهِ عَلَی الْعَرْشِ وَ خَرُّوا لَهُ، سُجَّداً وَ قالَ یا أَبَتِ هذا تَأْوِیلُ رُءْیایَ مِنْ قَبْلُ قَدْ جَعَلَها رَبِّی حَقًّا ...

«و پدر و مادر خود را بر تخت نشاند و همگی به شکرانه (دیدار او) خدا را سجده کردند و یوسف گفت: پدرا! این تعبیر خوابی بود که از پیش دیدم که خدای من آن خواب را واقع و محقق گردانید ...» «۲»

قرآن همچنین، جریان خواب پیامبر صلّی اللّه علیه و آله را در همان سالی که به حدیبیه رفت، ذکر کرده است که آن حضرت در خواب دیده بود که به مکّه وارد شده است و خانه خدا را طواف می‌کند.

لَقَدْ صَدَقَ اللَّهُ رَسُولَهُ الرُّؤْیا بِالْحَقِّ لَتَدْخُلُنَّ الْمَسْجِدَ الْحَرامَ إِنْ شاءَ اللَّهُ آمِنِینَ مُحَلِّقِینَ رُؤُسَکُمْ وَ مُقَصِّرِینَ لا تَخافُونَ ...

«البته خدا صدق و حقیقت خواب رسولش را آشکار و محقق ساخت که در عالم رؤیا دید و شما مؤمنان البته به مسجد الحرام با دل ایمن وارد شوید و سرها

---

(۱)- یوسف: ۴، ۵.

(۲)- یوسف: ۱۰۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۸۹

بتراشید و اعمال تقصیر احرام بی‌ترس و هراس بجای آرید ...» «۱»

و نیز قرآن، جریان خواب دیدن آن دو جوان همزندانی یوسف علیه السّلام و تعبیر خوابشان توسط یوسف «۲» و نیز ماجرای خواب پادشاه مصر را ذکر کرده است. پادشاه مصر در خواب دیده بود که «هفت گاو لاغر هفت گاو چاق را خوردند و هفت خوشه خشک، هفت خوشه سبز را نابود کردند» «۳» و یوسف علیه السّلام این خواب را برایش تعبیر کرد. «۴»

در روایت آمده است که پیامبر صلّی اللّه علیه و آله فرمود: «رؤیای صادق از جانب خدا، و خواب آشفته از شیطان است» و نیز فرمود: «رؤیای صادق فرد صالح، یک جزء از ۴۶ جزء نبوّت است». «۵»

تعبیرات قرآن درباره «خواب راستین» در شکل‌گیری نظریه‌های اندیشمندان مسلمان تأثیر زیادی داشته است. آنها خواب را به آنچه که در قرآن درباره آن آمده است، تفسیر و تبیین می‌کنند. مثلا آلوسی در تفسیر خود چنین نقل می‌کند: «ابی حاتم و ابن مردویه به اسناد خود از سلیم بن عامر روایت کرده‌اند که عمربن خطاب گفت: در شگفتم از رؤیای کسی که می‌خوابد و در خواب چیزی می‌بیند که اصلا به ذهنش خطور نکرده بود، ولی رؤیایش مانند گرفتن و لمس کردن با دست است (ماجرای خواب در بیداری دقیقا رخ می‌دهد) اما گاهی هم انسان خواب می‌بیند و هیچ اتفاقی نمی‌افتد. علی علیه السّلام به عمر فرمود: می‌خواهی سرّ آن را برایت بگویم (و این آیه را خواند):

اللَّهُ یَتَوَفَّی الْأَنْفُسَ حِینَ مَوْتِها وَ الَّتِی لَمْ تَمُتْ فِی مَنامِها فَیُمْسِکُ الَّتِی قَضی عَلَیْهَا الْمَوْتَ وَ یُرْسِلُ الْأُخْری إِلی أَجَلٍ مُسَمًّی ...

«خداست که وقت مرگ ارواح خلق را می‌گیرد و آن را که هنوز مرگش فرا نرسیده نیز در حال خواب روحش را قبض می‌کند، سپس آن را که حکم به مرگش کرده

---

(۱)- فتح: ۲۷.

(۲)- یوسف: ۳۶، ۴۱.

(۳)- یوسف: ۴۳.

(۴)- یوسف: ۴۷- ۴۹.

(۵)- محمد بن سیرین: منتخب الکلام فی تفسیر الاحلام، چاپ شده در حاشیه کتاب تعطیر الانام فی تعبیر المنام، نوشته عبد الغنی النابلسی، مصر، ۱۳۴۷ ه، ص ۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۹۰

جانش را نگاه می‌دارد و آن را که نکرده به بدنش می‌فرستد تا وقت معین مرگ ...» «۱»

بنابراین، خداوند ارواح همه را نزد خود می‌برد، آنچه را که روح هنگامی که نزد خداست در آسمان می‌بیند رؤیای صادقه، و آنچه را که به هنگام بازگشت به بدن می‌بیند، خواب دروغین (رؤیای کاذبه) است. «۲»

ما بخوبی و آشکارا می‌بینیم که فلاسفه مسلمان در تفسیر و تعبیر خواب، تحت تأثیر قرآن قرار گرفته‌اند. مثلا ابن سینا، رؤیای صادقه را نتیجه ارتباط روح با ملکوت یا ملأ اعلا به هنگام خواب و دریافت وحی یا الهام از خداوند می‌داند، و خوابهای آشفته و دروغین را ناشی از تأثیر احساسات جسمی در روح انسان. «۳»

جدیدا برخی از پژوهشگران اسرار قوای روحی انسان، معتقدند که روح انسان هنگام خواب از بدن جدا می‌شود و در اماکن مختلفی به سیر و سیاحت می‌پردازد. آنها هر آنچه را که انسان در خواب می‌بیند همانهایی می‌دانند که روح به هنگام گردش مشاهده می‌کند. «۴»

این نظریه با نظریه اندیشمندان مسلمان که قبلا نقل کردیم، در این نقطه که روح به هنگام خواب از بدن جدا می‌شود، مشترک است. ولی از یک نظر با آن تفاوت دارد و آن این که متفکران مسلمان معتقدند وقتی روح از بدن جدا می‌شود ممکن است به ملأ اعلا برسد و از آن جا وحی و الهام را به صورت رؤیای صادقه دریافت کند و ممکن است به ملأ اعلا نرسد و چون در این حالت مخصوصا تحت تأثیر احساسات جسمی قرار دارد، آنچه می‌بیند تنها خوابهای آشفته است. اما روان کاوان معاصر مانند اندیشمندان مسلمان توجّهی به فرق میان خوابهای آشفته (اضغاث احلام) و رؤیاهای صادقه نمی‌کنند.

---

(۱)- زمر: ۴۲.

(۲)- ابو الفضل شهاب الدین السیّد محمود الألوسی البغدادی: روح المعانی فی تفسیر القرآن، قاهره، چاپخانه امیریه بولاق، ۱۳۰۱، ج ۲، ص ۴۰۹.

(۳)- محمد عثمان نجاتی: الادراک الحسی عند ابن سینا، ص ۲۱۷.

(۴)- عبد الرزاق نوفل: القرآن و العلم الحدیث، بیروت: دار الکتاب العربی، ۱۹۷۳، ص ۹۶- ۹۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۹۱

فصل هفتم یادآوری و فراموشی در قرآن

اشاره

مسأله تذکر و یادآوری در زندگی انسان اهمیت بسیار زیادی دارد چرا که یادآوری معلومات و مهارتهای گذشته، ما را برای مقابله با مشکلات آینده توانا می‌سازد، و در ادامه پیشرفت به منظور کسب اطلاعات جدید و کشف حقایق تازه به ما کمک می‌کند و این

خود مسأله‌ای مهم در تکامل پیشرفت علمی و تمدن بشری محسوب می‌شود.

«یادآوری» علاوه بر اهمیّتی که در زنـدگی علمی و عملی انسان دارد، از نظر دینی نیز حایز اهمیت فراوانی است. به طور مثال، دائما به یاد خدا بودن، و یادآوری تفضّلات و نعمتهای فراوانی که خداوند عطا فرموده است و نیز یادآوری آخرت و روز جزا و پاداش و کیفری که در انتظار انسان است، دارای اهمیت فراوانی است، زیرا انسان را به تقوا و عمل صالح و آراسته شدن به فضایل اخلاقی وامی‌دارد. بنابراین، تـذکر و یادآوری، هم در دنیا و هم در آخرت برای انسان و برای تحقق یافتن خیر و نیکی، سودمند است. قرآن کریم در بسیاری از آیات، مردم را به یاد خدا تشویق کرده است. و نظیر عبارات زیر، در قرآن بسیار تکرار شده است:

«أ فَلا تَتَذَكَّرُونَ» (پس آیا متـذکر نمی‌شویـد)، «قَلِيلًا ما تَـذَكَّرُونَ» (کمتر متذکر می‌شوید)، «لَعَلَّهُمْ يَتَذَكَّرُونَ» (شاید متذکر شوند)، «ا فلا يذّكرون» (پس آیا متذکر نمی‌شوند؟)، «لَعَلَّهُمْ يَذَّكَّرُونَ» (شاید متذکر شوند)، «وَ لِيَتَذَكَّرَ أُولُوا الْأَلْبابِ» (تا صاحبان خرد و اندیشه پنـد گیرنـد)، «إِنَّما يَتَذَكَّرُ أُولُوا الْأَلْبابِ» (تنها صاحبان خرد متـذکر می‌شونـد)، «وَ ما يَذَّكَّرُ إِلَّا أُولُوا الْأَلْبابِ» (بجز خردمنـدان کسی متذکر نمی‌شود).

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۹۲

در قرآن آیـات زیـادی وجود دارد که خداونـد متعال پیامبر اسـلام صلّی اللّه علیه و آله را مبعوث فرموده و قرآن را بر او نازل کرده است تـا مردم را به یـاد یکتاپرستی و روز رسـتاخیز و حساب آخرت، و همچنین به یاد تعالیم انبیا و فرسـتادگان گذشـته- که از آنها غافل مانده و فراموششان کرده بودند،- بیندازد و اینک نمونه‌هایی از این آیات:

كِتابٌ أُنْزِلَ إِلَيْكَ فَلا يَكُنْ فِي صَدْرِكَ حَرَجٌ مِنْهُ لِتُنْذِرَ بِهِ وَ ذِكْرى لِلْمُؤْمِنِينَ اتَّبِعُوا ما أُنْزِلَ إِلَيْكُمْ مِنْ رَبِّكُمْ وَ لا تَتَّبِعُوا مِنْ دُونِهِ أَوْلِياءَ قَلِيلًا ما تَذَكَّرُونَ «این کتابی است که بر تو نازل شده و نباید از ناحیه آن ناراحتی در سینه داشته باشی و هدف آن است که به وسیله آن (همگـان را از عـواقب بـد عقایـد و اعمـال نادرسـتشان) بیم دهی و تـذکری است برای مؤمنـان. (بنـابراین) از چیزی که از طرف پروردگارتان بر شما نازل شده پیروی کنید و از سرپرستان و معبودهای دیگری جز او پیروی نکنید، اما کمتر متذکر می‌شوید.» «۱»

هـذا بَلاغٌ لِلنَّاسِ وَ لِيُنْذَرُوا بِهِ وَ لِيَعْلَمُوا أَنَّما هُوَ إِلهٌ واحِدٌ وَ لِيَذَّكَّرَ أُولُوا الْأَلْبابِ «این (قرآن) ابلاغی است برای (عموم) مردم، تا همه انذار شوند و بدانند او معبود واحد است و تا صاحبان مغز (و اندیشه) پند گیرند.» «۲»

وَ ما كُنْتَ بِجانِبِ الطُّورِ إِذْ نادَيْنا وَ لكِنْ رَحْمَةً مِنْ رَبِّكَ لِتُنْذِرَ قَوْماً ما أَتاهُمْ مِنْ نَذِيرٍ مِنْ قَبْلِكَ لَعَلَّهُمْ يَتَذَكَّرُونَ

---

(۱)- اعراف: ۲، ۳.

(۲)- ابراهیم: ۵۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۹۳

«تو در طرف کوه طور نبودی زمـانی که (به موسـی) مـا نـدا دادیم، ولی این رحمتی از سوی پروردگـار تو بود (که این اخبـار را در اختیارت نهاد) تا به وسیله آن قومی را انذار کنی که قبل از تو هیچ انذار کننده‌ای برای آنها نیامد، شاید متذکر گردند.» «۱»

كِتابٌ أَنْزَلْناهُ إِلَيْكَ مُبارَكٌ لِيَدَّبَّرُوا آياتِهِ وَ لِيَتَذَكَّرَ أُولُوا الْأَلْبابِ «این کتابی است پربرکت که بر تو نازل کرده‌ایم تا در آیات آن تدبّر کنند و صاحبان مغز (و اندیشه) متذکر شوند.» «۲»

فَإِنَّما يَسَّرْناهُ بِلِسانِكَ لَعَلَّهُمْ يَتَذَكَّرُونَ «ما آن (قرآن) را بر زبان تو آسان ساختیم تا متذکر شوند.» «۳»

... فَذَكِّرْ بِالْقُرْآنِ مَنْ يَخافُ وَعِيدِ «... پس آن کس را که از وعده عذاب قیامت ترسان است به آیات قرآن متذکر ساز.» «۴»

وَ ذَكِّرْ فَإِنَّ الذِّكْرى تَنْفَعُ الْمُؤْمِنِينَ «و پیوسته تذکر ده، زیرا تذکر برای مؤمنان سودمند است.» «۵»

فَذَكِّرْ إِنَّما أَنْتَ مُذَكِّرٌ «ای رسول، تو خلق را (به حکمتهای الهی) متذکر ساز که وظیفه پیامبری تو غیر

(۱)- قصص: ۴۶.

(۲)- ص: ۲۹.

(۳)- دخان: ۵۸.

(۴)- ق: ۴۵.

(۵)- ذاریات: ۵۵.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۹۴

از این نیست.» «۱»

الف- فراموشی

یکی از مشکلات انسان این است که همواره در معرض فراموشی قرار دارد و این البته برایش زیان آور است و در بسیاری موارد مانع غلبه او بر مشکلات زندگی می‌شود.

قرآن در بسیاری از آیات مسأله فراموشی را ذکر کرده است. ما اگر به این آیات مراجعه کنیم و مفاهیم آن را مورد بررسی قرار دهیم، در می‌یابیم که مسأله فراموشی در آیات، به چند معنی آمده است که می‌توان آنها را در موارد زیر خلاصه کرد: «۲» ۱- نسیانی که در مورد حوادث و اسامی اشخاص و اطلاعات به دست آمده قبلی انسان، بر ذهن عارض می‌شود، این همان فراموشی معمولی است که در نتیجه تزاحم و تداخل معلومات، به مردم دست می‌دهد. روان‌شناسان این نوع فراموشی را مورد بررسی قرار داده‌اند و آن را ناشی از تداخل معلومات می‌دانند. آنها میان دو نوع تداخل یعنی «تداخل سابق» و «تداخل لا حق» فرق قایل شده‌اند. تداخل سابق هنگامی پدید می‌آید که یادگیری مواد جدید، به تضعیف مواد آموخته شده قبلی، انجامیده باشد.

تداخل لا حق نیز به سبب تأثیر عادات و فعالیتها و معلومات سابق بر یادآوری موادی که جدیدا یاد گرفته‌ایم صورت می‌پذیرد. هر چه اطلاعات و فعالیتهای گذشته ما کمتر باشد یادآوری مواد جدید بهتر و آسانتر خواهد بود. به همین دلیل است که قدرت کودکان در یادآوری جزئیات حوادث گذشته بیشتر از بزرگترها می‌باشد. «۳» قرآن به این نوع فراموشی چنین اشاره می‌فرماید:

سَنُقْرِئُکَ فَلا تَنْسی

(۱)- غاشیه: ۲۱.

(۲)- البهی الخولی: آدم علیه السّلام، فلسفهٔ تقویم الانسان و خلافته، ص ۱۸۲- ۱۸۴.

(۳)- سارنف ا. مدنیک، هواردر، ژولای، الیزابت ف. لوفاتز: التعلم، ترجمه محمد عماد الدین اسماعیل، ویرایش محمد عثمان نجاتی، بیروت: دار الشروق، ۱۹۸۱، ص ۱۵۲- ۱۵۷.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۹۵

«و ما آیات قرآن را بر تو (مکرر) قراءت می‌کنیم تا هیچ فراموش نکنی.» «۱»

۲- نسیانی که حاوی معنای سهو است. چنان که انسان چیزی را در جایی فراموش می‌کند، یا مثلا می‌خواهد درباره چند موضوع با کسی گفتگو کند اما درباره بعضی از آنها صحبت می‌کند و بعضی را هم فراموش می‌کند و پس از مدتی به یاد می‌آورد. نمونه آن جریانی است که قرآن درباره همسفر جوان موسی علیه السّلام نقل می‌کند:

قالَ أَ رَأَیْتَ إِذْ أَوَیْنا إِلَی الصَّخْرَةِ فَإِنِّی نَسِیتُ الْحُوتَ وَ ما أَنْسانِیهُ إِلَّا الشَّیْطانُ أَنْ أَذْکُرَهُ وَ اتَّخَذَ سَبِیلَهُ، فِی الْبَحْرِ عَجَباً «او (یوشع) گفت

به خاطر داری هنگامی که ما به کنار آن صخره پناه بردیم (و استراحت کردیم) من در آن جا فراموش کردم جریان ماهی را باز گو کنم، این شیطان بود که یاد آن را از خاطر من برد و ماهی به طرز شگفت انگیزی راه خود را در دریا پیش گرفت.» «۲»

و نمونه دیگر، سخن حضرت موسی به آن «عبد صالح» است:

... لا تُؤاخِذْنِي بِما نَسِيتُ ...

«موسی گفت مرا به خاطر این فراموشکاری مؤاخذه مکن ...» «۳»

این نوع فراموشی را می‌توان از نوع «تداخل لا حق»- که قبلا به آن اشاره کردیم- نیز دانست.

---

(۱)- اعلی: ۶.

(۲)- کهف: ۶۳.

(۳)- کهف: ۷۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۹۶

۳- فراموشی به معنای عدم توجه به موضوع. یکی از نمونه‌های این نوع فراموشی آیه زیر است:

... نَسُوا اللَّهَ فَنَسِيَهُمْ ...

«... خدا را فراموش کردند و خدا نیز آنها را فراموش کرد. (رحمتش را از آنها قطع کرد).» «۱»

معنای «نَسُوا اللَّهَ» این است که آنها به علت بی‌توجّهی به اوامر خداوند از اطاعت باری تعالی سرپیچی کردند و «نسیهم» یعنی خداوند نیز فضل خود را از آنها بازداشت و آنها را به خودشان واگذاشت. و نیز نمونه دیگر این نوع فراموشی آیه زیر است:

وَ لا تَكُونُوا كَالَّذِينَ نَسُوا اللَّهَ فَأَنْساهُمْ أَنْفُسَهُمْ ...

«و همچون کسانی که خدا را فراموش کردند و خدا نیز آنها را به (خود فراموشی) گرفتار کرد، نباشید ...». «۲»

نسیانی که در آیه زیر به آدم علیه السّلام نسبت داده شده است، نیز از همین نوع فراموشی است:

وَ لَقَدْ عَهِدْنا إِلى آدَمَ مِنْ قَبْلُ فَنَسِيَ وَ لَمْ نَجِدْ لَهُ عَزْماً «ما از آدم از قبل پیمان گرفته بودیم، اما او فراموش کرد، عزم استواری برای او نیافتیم.» «۳»

---

(۱)- توبه: ۶۷.

(۲)- حشر: ۱۹. معنای «فَأَنْساهُمْ أَنْفُسَهُمْ» این است که: خدا از یادشان برد که با انجام عمل صالح در دنیا، از پیش برای آخرت خویش، خیری ذخیره کنند.

(۳)- طه: ۱۵.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۹۷

معنای آیه این است که قلب آدم «برای لحظه‌ای، از عهدی که با خدا بسته بود سست شد.» «۱» در نتیجه نهی خدا را فراموش کرد و در اثر وسوسه و اغوای شیطان، فریب خورد و در دام خطا افتاد.

ب- رابطه فراموشی و شیطان

برخی از آیات قرآن این مطلب را روشن کرده است که شیطان از طریق فراموشکاری که به انسان دست می‌دهد، در او نفوذ می‌کند و او را وا می‌دارد که احیانا از انجام برخی از کارهای مهم که مصلحتش در آن است، غفلت ورزد. چنان که گاهی نیز باعث غفلت

انسان از یاد خداوند سبحان و سهل انگاری او در اطاعت از اوامر الهی می‌شود. ما قبلا هنگام بحث درباره فراموشی ناشی از سهو، آیه‌ای ذکر کردیم که سخن همسفر جوان موسی علیه السّلام را در مورد فراموش کردن ماهی نقل می‌کند. او گفت: «تنها شیطان یاد آن (ماهی) را از خاطر من برد». آیات زیر نمونه‌های دیگری از دخالت شیطان در فراموشی انسان را ارائه می‌دهد:

وَ إِذا رَأَيْتَ الَّذِينَ يَخُوضُونَ فِي آياتِنا فَأَعْرِضْ عَنْهُمْ حَتَّى يَخُوضُوا فِي حَدِيثٍ غَيْرِهِ وَ إِمَّا يُنْسِيَنَّكَ الشَّيْطانُ فَلا تَقْعُدْ بَعْدَ الذِّكْرى مَعَ الْقَوْمِ الظَّالِمِينَ «هر وقت کسانی را که آیات ما را استهزا می‌کنند مشاهده نمایی از آنها روی بگردان تا به سخن دیگری بپردازند و اگر شیطان از یاد تو ببرد، بعد از آن متذکر کلام خدا شدی دیگر با این گروه ستمگر منشین.» «۲»

اسْتَحْوَذَ عَلَيْهِمُ الشَّيْطانُ فَأَنْساهُمْ ذِكْرَ اللَّهِ أُولئِكَ حِزْبُ الشَّيْطانِ أَلا إِنَّ حِزْبَ الشَّيْطانِ هُمُ الْخاسِرُونَ

---

(۱)- البهی الخولی: آدم علیه السّلام، فلسفهٔ تقویم الانسان و خلافته، ص ۱۸۳.

(۲)- انعام: ۶۸.

«شیطان بر آنها چیره شده و یاد خدا را از خاطر آنها برده است، آنها حزب شیطانند، بدانید حزب شیطان زیانکارانند.» «۱»

وَ قالَ لِلَّذِي ظَنَّ أَنَّهُ ناجٍ مِنْهُمَا اذْكُرْنِي عِنْدَ رَبِّكَ فَأَنْساهُ الشَّيْطانُ ذِكْرَ رَبِّهِ فَلَبِثَ فِي السِّجْنِ بِضْعَ سِنِينَ «و به آن یکی از آن دو که می‌دانست رهایی می‌یابد گفت: مرا نزد صاحبت (سلطان مصر) یادآوری کن، ولی شیطان یادآوری او را نزد صاحبش از خاطر وی برد و به دنبال آن چند سال در زندان باقی ماند.» «۲»

سلاح شیطان برای گمراه کردن و وادار کردن مردم به فراموشی از یاد خدا و به طور کلی فراموش کردن خیر و مصلحت خودشان، همان نفوذ و تأثیر او در آنان از طریق انگیزه و شهوات خودشان است، و اساسا این یک نقطه ضعف در سرشت بشر است و آن هم ناشی از علاقه طبیعی انسان به اشباع انگیزه‌ها و لذت و بهره‌مندی می‌باشد.

دروازه ورود شیطان به نفس آدم علیه السّلام نیز از همین طریق بود، «۳» چون شیطان به او وعده داده بود در صورتی که از میوه آن درخت ممنوعه بخورد او را جاودانگی و ملکی پایدار خواهد بخشید. در اثر این وسوسه، آدم، نهی خدا را فراموش کرد و به دام شیطان افتاد.

شیطان اصولا از همین طریق بر همه انسانها مسلط می‌شود، یعنی ابتدا هواها و خواسته‌های مختلفی در آنها برمی‌انگیزد و بعد به دنبال آن می‌کشاند و در نتیجه از یاد خدا بازشان می‌دارد.

وَ اتْلُ عَلَيْهِمْ نَبَأَ الَّذِي آتَيْناهُ آياتِنا فَانْسَلَخَ مِنْها فَأَتْبَعَهُ الشَّيْطانُ فَكانَ مِنَ

---

(۱)- مجادله: ۱۹.

(۲)- یوسف: ۴۲.

(۳)- البهی الخولی: آدم علیه السّلام، فلسفه تقویم الانسان و خلافته، ص ۱۸۴.

الْغاوِينَ وَ لَوْ شِئْنا لَرَفَعْناهُ بِها وَ لكِنَّهُ أَخْلَدَ إِلَى الْأَرْضِ وَ اتَّبَعَ هَواهُ فَمَثَلُهُ، كَمَثَلِ الْكَلْبِ إِنْ تَحْمِلْ عَلَيْهِ يَلْهَثْ أَوْ تَتْرُكْهُ يَلْهَثْ ...

«و برای آنها بخوان سرگذشت آن کس را که آیات خود را به او دادیم ولی (سرانجام) از (دستور) آنها خارج گشت و شیطان به او دست یافت و از گمراهان شد. و اگر می‌خواستیم (مقام) او را با این آیات (و علوم و دانشها) بالا می‌بردیم (اما اجبار بر خلاف سنت ماست لذا او را به حال خود رها ساختیم) ولی او به پستی گرایید و از هوای نفس خویش پیروی کرد. او همچون سگی (هار) است

که اگر به او حمله کنی دهانش را باز و زبانش را برون خواهـد کرد و اگر او را به حال خود واگـذاری باز همین کار را می‌کند ...» «۱»

ج- قرآن و درمان فراموشی

درمان فراموشـی ناشی از غفلت دل از خداوند متعال، تنها با یاد مستمر خداوند و ذکر نعمتها و تفضلات او و یادآوری آیات الهی و به خاطر آوردن آخرت و روز حساب میسر است. قرآن در آیه زیر اهمیّت ذکر خدا را به عنوان درمان این نوع فراموشی، بیان داشته است:

... وَ اذْكُرْ رَبَّكَ إِذا نَسِيتَ ... قرآن و روان‌شناسی ۲۹۹ ج - قرآن و درمان فراموشی ..... ص : ۲۹۹

... و یاد کن پروردگارت را هرگاه فراموش کردی ...» «۲»

قرآن مؤمنانی را که به یاد خدا هستند می‌ستاید و آنان را با عنوان «صاحبان خرد» توصیف می‌کند.

---

(۱)- اعراف: ۱۷۵- ۱۷۶.

(۲)- کهف: ۲۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۰۰

إِنَّ فِي خَلْقِ السَّماواتِ وَ الْأَرْضِ وَ اخْتِلافِ اللَّيْلِ وَ النَّهارِ لَآياتٍ لِأُولِي الْأَلْبابِ الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِياماً وَ قُعُوداً وَ عَلى جُنُوبِهِمْ وَ يَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّماواتِ وَ الْأَرْضِ رَبَّنا ما خَلَقْتَ هذا باطِلًا سُبْحانَكَ فَقِنا عَذابَ النَّارِ «مسلما در آفرینش آسمانها و زمین و آمد و رفت شب و روز، نشانه‌های (روشنی) برای صاحبان خرد و عقل است. همانا که خدا را در حال ایستادن و نشستن و آنگاه که بر پهلو خوابیده‌اند یاد می‌کنند و در اسـرار آفرینش آسـمانها و زمین می‌اندیشند، (و می‌گویند) بار الها این را بیهوده نیافریده‌ای، منزهی تو، ما را از عذاب آتش نگاه دار.» «۱»

از آن جـا که یـاد خـدای متعـال درمانگر فراموشـی و غفلت دل است، خداونـد به ما امر فرموده است که شب و روز و صـبح و شام، همواره به یاد او باشیم.

يا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْراً كَثِيراً وَ سَبِّحُوهُ بُكْرَةً وَ أَصِيلًا «ای کسانی که ایمان آورده‌اید خدا را بسیار یاد کنید. و صبح و شام او را تسبیح نمایید.» «۲»

فَإِذا قَضَيْتُمُ الصَّلاةَ فَاذْكُرُوا اللَّهَ قِياماً وَ قُعُوداً وَ عَلى جُنُوبِكُمْ ...

«و هنگامی که نماز را به پایان رسانیدید خدا را یاد کنید در حال ایستادن و نشستن و به هنگامی که به پهلو خوابیده‌اید ...» «۳»

---

(۱)- آل عمران: ۱۹۰، ۱۹۱.

(۲)- احزاب: ۴۱، ۴۲.

(۳)- نساء: ۱۰۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۰۱

فَإِذا قُضِيَتِ الصَّلاةُ فَانْتَشِرُوا فِي الْأَرْضِ وَ ابْتَغُوا مِنْ فَضْلِ اللَّهِ وَ اذْكُرُوا اللَّهَ كَثِيراً لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ «پس آنگاه که نماز پایان یافت باز در پی کسب و کار خود روی زمین منتشر شوید و از فضل و کرم خدا روزی طلبید و یاد خدا بسیار کنید تا مگر رستگار و سعادتمند گردید.» «۱»

تنها از راه ذکر مستمر خداوند است که انسان می‌تواند فراموشی خدا و غفلت از آخرت را درمان کند. زیرا ذکر خدا باعث حضور دائمی باری تعالی در دل است به طوری که انسان حتی یک لحظه هم از یاد خدا غافل نمی‌ماند. این مسأله ما را به یاد یکی از اصول یادگیری یعنی «تکرار» می‌اندازد که قبلا- درباره آن بحث کردیم. چون تکرار ذکر خدا، در انسان به صورت عادت در می‌آید، به طوری که در رفتار او تثبیت می‌شود و بدون تلاش و تحمل رنجی در هر لحظه از لحظات زندگی از او صادر می‌شود. نتیجه این که یاد خدا همواره در قلب انسان حضور دارد و این همان حالتی است که بسیاری از صوفیان از طریق تکرار تمرینات و ریاضتهای روحی در صدد به دست آوردن آن هستند.

از آن جا که قرآن کتابی اعتقادی است طبیعی است که مسأله فراموشی و غفلت انسان را از آخرت، مورد توجه قرار می‌دهد، و درمان این نوع فراموشی را که دارای اهمیّت زیادی در تأمین سعادت دنیوی و اخروی انسان است، مد نظر دارد. اگر بپذیریم که اساس و پایه درمان این نوع فراموشی، تکرار ذکر خدا برای تثبیت این عادت و استقرار آن در رفتار انسان است، این مسأله را نیز می‌توانیم استنتاج کنیم که درمان فراموشی معمولی اطلاعات و معلومات، یعنی فراموشی نوع اول و دوم که قبلا درباره آن سخن گفتیم، با تکرار اطلاعات مزبور، یعنی با مرور و یادآوری چند باره آن نیز امکانپذیر است و این همان چیزی است که روان‌شناسان معاصر در پژوهشهای خود بدان رسیده‌اند و

---

(۱)- جمعه: ۱۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۰۲

روان‌شناسان که توجهشان را در مسأله فراموشی غالبا به نوع اول و دوم منحصر کرده‌اند متعرض نوع سوم فراموشی که در قرآن آمده است- و ما قبلا درباره آن سخن گفتیم- نشده‌اند.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۰۳

فصل هشتم سیستم مغز و اعصاب در قرآن

بررسیهای تشریحی و فیزیولوژیک جدید توانسته است در بافتهای مغز، مناطق معیّنی را مشخص کند که کارهای روان‌شناختی مخصوصی انجام می‌دهند. از جمله مهمترین آنها یکی مرکز حرکت است که بر حرکت تمام قسمتهای بدن تسلط دارد.

دیگری مرکز احساس است که حس لامسه و برخی از عوامل درونی احساس درد، احساس تغییر درجه حرارت و حسّ ذائقه به آن منتهی می‌شود، (اصولا- هر بخشی از اجزای بدن در این دو مرکز، یعنی مرکز حرکت و مرکز احساس نماینده دارد). «۱» منطقه دیگر، مرکز بینایی است که ارتعاشات عصبی چشم به آن منتهی می‌شود و نیز مرکز شنوایی، که ارتعاشات عصبی گوش به آن وارد می‌شود. یکی دیگر از این مراکز، مرکز ارتباط است که در قسمت اعظم بخش جلویی دو طرف مغز قرار دارد و محل تجمع پیامهای با معنایی است که از بخشهای مختلف جسم به مغز وارد می‌شود و نیز هماهنگ کننده پیامهای حرکتی است که از مغز به بخشهای مختلف بدن صادر می‌شود. این مرکز، همچنین در کلیه فعالیتهای تحت حاکمیت مغز دخالت می‌کند و اصولا- مرکز عملیات عالی عقل، همچون یادگیری، تفکر، سخن گفتن، نوشتن و خواندن محسوب می‌شود. «۲»

مغز انسان بر تمام فعالیتهای او تسلط و حاکمیت دارد و هر فعالیتی که انسان انجام

---

(۱)- ترتیب قرار داشتن مراکز مربوط به اجزای بدن در مرکز حرکت و حس مغز، معکوس است. مثلا مرکز مربوط به پاها و زانو در قسمت بالا و مرکز مربوط به دستها و دهان و سر در قسمت پایین مغز قرار دارد.

(۲)- محمد عثمان نجاتی، علم النفس فی حیاتنا الیومیهٔ، ص ۵۳- ۵۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۰۴

می‌دهد بر سلولهای مغزی اثر می‌گذارد. این تأثیر به شکلی که هنوز علم به ماهیت آن پی نبرده است، در سلولهای مغز باقی می‌ماند. همین آثار باقی مانده در سلولهای بافتهای مغزی، اساس عملیات عالی عقلی انسان مانند یادگیری، یادآوری، تخیّل و تفکّر را تشکیل می‌دهد. در پرتو همین بینش شاید بتوان بعضی از آیات را که حاکی از گواهی دادن گوش و چشم و پوست بر ضد خود انسان در روز قیامت است، تفسیر کرد. البته کیفیّت این گواهی را فقط خدا می‌داند، اما از آن جا که کلیه فعالیتهای انسان در سلولهای مغزی ثبت می‌شود، احتمال دارد که خداوند سبحان این سلولها را به حرف آورد، در نتیجه آنها درست مثل نوار ضبط صوت چیزهایی را که در آنها ضبط شده است تکرار کنند. دانشمندان معاصر به تحقیق درباره چیستانها و معمّاهای حافظه و ضبط مهارتهای انسان در سلولهای مغز همّت گماشته‌اند. در جریان یکی از این آزمایشها یکی از مراکز مغز یک فرد با جریان الکتریسیته تحریک شد. نتیجه آن که فرد مزبور یکی از آهنگهای موسیقی را که قبلا شنیده بود، شنید و وقتی نقطه دیگری از مغزش تحریک شد، منظره‌ای مشخص را که قبلا دیده بود، دید. «۱» چنین آزمایشهایی ثابت می‌کنند که اطلاعات انسان در سلولهای مغزش ضبط و ثبت می‌شود طوری که اگر این سلولها با روشی خاص تحریک شوند، انسان می‌تواند اطلاعات گذشته‌اش را به یاد آورد. بنابراین احتمال دارد (البته خدا بهتر می‌داند) که خداوند متعال در روز قیامت سلولهای مغز انسان را به سخن آورد و آنها را وادارد که تمام کرده‌ها و گفته‌ها را که ضبط کرده‌اند، تکرار کنند، در نتیجه انسان، تمام اعمال و سخنانش را آنسان به یاد می‌آورد که گویی آنها را همچون مناظری زنده می‌بیند و می‌شنود. شاید وسایل دیگری نیز وجود داشته باشد که خداوند متعال کردار و گفتار مردم را در آن ضبط می‌کند و سلولهای مغز یکی از آنها باشد. و نیز ممکن است ثبت و ضبط کردار و گفتار مردم، در سلولهای دیگر بافتهای بدن به روشی که برایمان ناشناخته است، صورت پذیرد. (و اللّه اعلم).

(۱)- روزنامه السیاسهٔ، چاپ کویت، ۱۲/ ۳/ ۱۹۸۲، ص ۱۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۰۵

وَ یَوْمَ یُحْشَرُ أَعْداءُ اللَّهِ إِلَی النَّارِ فَهُمْ یُوزَعُونَ حَتَّی إِذا ما جاؤُها شَهِدَ عَلَیْهِمْ سَمْعُهُمْ وَ أَبْصارُهُمْ وَ جُلُودُهُمْ بِما کانُوا یَعْمَلُونَ وَ قالُوا لِجُلُودِهِمْ لِمَ شَهِدْتُمْ عَلَیْنا قالُوا أَنْطَقَنَا اللَّهُ الَّذِی أَنْطَقَ کُلَّ شَیْءٍ وَ هُوَ خَلَقَکُمْ أَوَّلَ مَرَّةٍ وَ إِلَیْهِ تُرْجَعُونَ «به خاطر بیاورید روزی را که دشمنان خدا را جمع کرده به سوی دوزخ می‌برند و صفوف پیشین را نگه می‌دارند تا صفهای بعد به آنها ملحق بشوند. وقتی به آن می‌رسند گوشها و چشمها و پوستهای تنشان به اعمال آنها گواهی می‌دهد. آنها به پوستهای تن خود می‌گویند: چرا بر ضد ما گواهی دادید؟ آنها جواب می‌دهند.

همان خدایی که هر موجودی را به نطق آورده ما را گویا ساخته و او شما را در آغاز آفرید و بازگشتتان به سوی اوست.» «۱»

یَوْمَ تَشْهَدُ عَلَیْهِمْ أَلْسِنَتُهُمْ وَ أَیْدِیهِمْ وَ أَرْجُلُهُمْ بِما کانُوا یَعْمَلُونَ «در آن روز زبانها و دستها و پاهایشان بر ضد آنها به اعمالی که مرتکب شدند گواهی می‌دهد.» «۲»

الْیَوْمَ نَخْتِمُ عَلی أَفْواهِهِمْ وَ تُکَلِّمُنا أَیْدِیهِمْ وَ تَشْهَدُ أَرْجُلُهُمْ بِما کانُوا یَکْسِبُونَ «امروز بر دهان آنها مهر می‌نهیم و دستهایشان با ما سخن می‌گویند و پاهایشان کارهایی را که انجام می‌دادند شهادت می‌دهند.» «۳»

بافتهای مغز از میلیاردها سلول عصبی که در جایی نسبتا تنگ یعنی جمجمه قرار دارند، تشکیل شده است. به همین دلیل این بافتها از شیارها و بلندیهای زیادی تشکیل شده است. در واقع سطح بافتهای مغز، آنقدر بزرگ است که اگر آن را به صورت مسطح

(۱)- فصلت: ۱۹- ۲۱.

(۲)- نور: ۲۴.

(۳)- یس: ۶۵.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۰۶

بگسترانیم، مساحتش به ۱۶ فوت مربع می‌رسد. حجم بزرگ این بافتها که از میلیاردها سلول عصبی تشکیل شده است آن را قادر می‌سازد تا کلیه مهارتها و فعالیتهای انسان را ثبت و ضبط کند. بافتهای مغز انسان در واقع کارنامه بزرگ و قطور تمام فعالیتهای انسان است و چنان که قبلا نیز اشاره کردیم، شاید یکی از وسایل ضبط و ثبت اعمال انسان، طبق مشیّت خداوندی، همین سلولهای مغز باشد، تا در قیامت به عنوان حجتی غیرقابل انکار بر ضد انسان به کار رود.

وَ کُلَّ إِنسانٍ أَلْزَمْناهُ طائِرَهُ، فِی عُنُقِهِ وَ نُخْرِجُ لَهُ، یَوْمَ الْقِیامَهِٔ کِتاباً یَلْقاهُ مَنْشُوراً اقْرَأْ کِتابَکَ کَفی بِنَفْسِکَ الْیَوْمَ عَلَیْکَ حَسِیباً «اعمال هر انسانی را به گردنش قرار داده‌ایم، و روز قیامت کتابی برای او بیرون می‌آوریم که آن را در برابر خود گشوده می‌بیند. (این همان نامه اعمال اوست، به او می‌گوییم) کتابت را بخوان! کافی است که امروز خود حسابگر خود باشی.» «۱»

یُنَبَّؤُا الْإِنْسانُ یَوْمَئِذٍ بِما قَدَّمَ وَ أَخَّرَ بَلِ الْإِنْسانُ عَلی نَفْسِهِ بَصِیرَهٌٔ وَ لَوْ أَلْقی مَعاذِیرَهُ «آن روز آدمی به هر نیک و بدی که در مقدم و مؤخر عمر کرده از نتیجه همه آگاه خواهد شد. بلکه انسان خود بر نیک و بد خویش بخوبی آگاه است و هر چند پرده‌های عذر (بر چشم بصیرت) خود بیفکند.» «۲»

البته ضبط اعمال انسان در سلولهای مغز، احتمال وجود وسیله دیگری برای ثبت اعمال همه مردم در یک پرونده عمومی دیگر را رد نمی‌کند. این وسیله دیگر، همان «کتاب» است که در برخی از آیات قرآن به آن اشاره شده است.

(۱)- اسراء: ۱۳، ۱۴.

(۲)- قیامت: ۱۳- ۱۵.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۰۷

وَ أَشْرَقَتِ الْأَرْضُ بِنُورِ رَبِّها وَ وُضِعَ الْکِتابُ وَ جِیءَ بِالنَّبِیِّینَ وَ الشُّهَداءِ وَ قُضِیَ بَیْنَهُمْ بِالْحَقِّ وَ هُمْ لا یُظْلَمُونَ «و زمین (در آن روز) به نور پروردگارت روشن شود و نامه‌های اعمال را پیش نهند و پیامبران و گواهان را حاضر سازند و در میان آنها به حق داوری شود و به کسی ستم نخواهد شد.» «۱»

وَ وُضِعَ الْکِتابُ فَتَرَی الْمُجْرِمِینَ مُشْفِقِینَ مِمَّا فِیهِ وَ یَقُولُونَ یا وَیْلَتَنا ما لِهذَا الْکِتابِ لا یُغادِرُ صَغِیرَهًٔ وَ لا کَبِیرَهًٔ إِلَّا أَحْصاها وَ وَجَدُوا ما عَمِلُوا حاضِراً وَ لا یَظْلِمُ رَبُّکَ أَحَداً «و در آن روز اعمال نیک و بد خلق را پیش نهند و اهل عصیان را می‌بینی که از آنچه در آن است ترسان و متوحشند، می‌گویند: ای وای بر ما! این چه کتابی است که هیچ عمل کوچک و بزرگی نیست مگر این که آن را شماره کرده است؟ و همه اعمال خود را حاضر می‌بینند و پروردگارت به احدی ظلم نمی‌کند.» «۲»

... وَ لَدَیْنا کِتابٌ یَنْطِقُ بِالْحَقِّ وَ هُمْ لا یُظْلَمُونَ «... و نزد ما کتابی است (که تمام اعمال بندگان را ثبت کرده) و به حق سخن می‌گوید، لذا به آنان هیچ ظلم و ستمی نمی‌شود.» «۳»

حواس انسان همچنین از هشدارهای حسی که از محسوسات مختلف دریافت می‌کند، تأثیر می‌پذیرد به این ترتیب که حواس مزبور تحت تأثیر آن هشداردهنده‌ها، موجب یک سری تحریکات عصبی می‌شود؛ این تحریکات از رگها و اعصاب عبور

(۱)- زمر: ۶۹.

(۲)- کهف: ۴۹.

(۳)- مؤمنون: ۶۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۰۸

می کند و در نهایت به مراکز احساس در مغز می‌رسند و در آنجاست که ادراک حسی رخ می‌دهد. قرآن در بسیاری از آیات که ما قبلا- در فصل سوم که به بحث ادراک حسی اختصاص داشت به آنها اشاره کرده‌ایم، به برخی از اعضای مهم حس اشاره کرده است.

اینک چند نمونه دیگر از این آیات را در اینجا می‌آوریم:

وَ اللَّهُ أَخْرَجَكُمْ مِنْ بُطُونِ أُمَّهاتِكُمْ لا تَعْلَمُونَ شَيْئاً وَ جَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَ الْأَبْصارَ وَ الْأَفْئِدَةَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ «و خداوند شما را از شکم مادران خارج نمود در حالی که هیچ نمی‌دانستید، اما برای شما گوش و چشم و عقل قرار داد تا شکر نعمت او را بجا آورید.» «۱»

وَ هُوَ الَّذِي أَنْشَأَ لَكُمُ السَّمْعَ وَ الْأَبْصارَ وَ الْأَفْئِدَةَ قَلِيلًا ما تَشْكُرُونَ «او کسی است که برای شما گوش و چشم و قلب (عقل) ایجاد کرد، اما کمتر شکر او را به جای می‌آورید.» «۲»

همچنین در فصل سوم هنگام بحث درباره ادراک حسی این نکته را یادآور شدیم که قرآن به وجود حس مخصوص احساس درد در پوست انسان اشاره کرده است؛ همچنین وجود حس لامسه را در پوست انسان بویژه در انگشتان دست یادآور شده است.

إِنَّ الَّذِينَ كَفَرُوا بِآياتِنا سَوْفَ نُصْلِيهِمْ ناراً كُلَّما نَضِجَتْ جُلُودُهُمْ بَدَّلْناهُمْ جُلُوداً غَيْرَها لِيَذُوقُوا الْعَذابَ إِنَّ اللَّهَ كانَ عَزِيزاً حَكِيماً

---

(۱)- نحل: ۷۸.

(۲)- مؤمنون: ۷۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۰۹

«کسانی که به آیات ما کافر شدند بزودی آنها را در آتشی وارد کنیم که هرگاه پوستهای تن آنها (در آن) بریان گردد (و بسوزد) پوستهای دیگری به جای آن قرار می‌دهیم تا کیفر را بچشند، خداوند توانا و حکیم است.» «۱»

وَ لَوْ نَزَّلْنا عَلَيْكَ كِتاباً فِي قِرْطاسٍ فَلَمَسُوهُ بِأَيْدِيهِمْ لَقالَ الَّذِينَ كَفَرُوا إِنْ هذا إِلَّا سِحْرٌ مُبِينٌ «و اگر نامه‌ای بر روی صفحه‌ای بر آنها نازل کنیم و (علاوه بر دیدن) آن را با دستهای خود لمس کنند باز کافران می گویند این چیزی جز یک سحر آشکار نیست.» «۲»

---

(۱)- نساء: ۵۶.

(۲)- انعام: ۷.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۱۱

فصل نهم شخصیّت در قرآن

اشاره

مردم معمولا- به شخصیت از جهت تأثیری که فرد در دیگران ایجاد می‌کند و یا مهمترین تأثیراتی که در دیگران باقی می گذارد، می‌نگرند و مثلا او را شخصی پرخاشگر یا مسالمت جو می‌دانند. اما روان شناسان به هنگام بررسی «شخصیت» به آن، به عنوان مرکز ساختمانها و عملیات روانی ثابت می‌نگرند که سازمان دهنده مهارتهای فرد و موجب کنشها و واکنشهای او در محیط زندگی که

مایه تمایزش از دیگران است، می‌باشد. به عبارت دیگر، شخصیت نوعی سازماندهی دینامیکی دستگاهها و سیستمهای بدنی و روانی فرد است که سرشت و فطرت ویژه او را در سازگاری با محیط، مشخص می‌سازد. بنابراین، روان شناسان وقتی شخصیت را مورد مطالعه قرار می‌دهند، به فرد به عنوان مجموعه‌ای که دارای کنش و واکنش است می‌نگرند درست مانند یک مجموعه به هم پیوسته که کلیه دستگاههای جسمی و روانی آن در یکدیگر تأثیر و تأثیر متقابل دارند و رفتارها و واکنشهای فرد را طوری مشخص می‌کند که او را از دیگران متمایز سازد. «۱»

در قرآن توصیف شخصیت انسان و خصوصیات عمومی آن که باعث تمایز انسان از دیگر مخلوقات خداوند است، آمده است چنان که برخی از مدلها و نمونه‌های عمومی

---

(۱)- برای اطلاع بیشتر درباره شخصیّت ر ک به: «الشخصیهٔ»، نوشته ریچارد. س، لازاروس، ترجمه سید محمد غنیم، ویرایش تطبیقی محمد عثمانی نجاتی: بیروت، دار الشروق، ۱۹۸۱، ص ۱۹- ۲۲؛ محمد عثمانی نجاتی: علم النفس فی حیاتنا الیومیهٔ، ص ۳۹۲، ۳۹۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۱۲

شخصیت انسان که با برخی از ویژگیهای اساسی مشخص هستند، نیز وصف شده است.

این نمونه‌ها چنان عمومی و رایج هستند که امروزه در جامعه ما و بطور کلی در جوامع بشری دیده می‌شوند.

در قرآن، همچنین شخصیت بهنجار و نابهنجار و نیز عوامل سازنده بهنجاری و نابهنجاری شخصیت توصیف شده است.

برای درک دقیق و درست شخصیت انسان، لازم است عوامل مختلف مشخص کننده شخصیت بدقت مورد مطالعه قرار گیرد. روان شناسان معاصر به هنگام تحقیق پیرامون عوامل شخصیت ساز، معمولا عوامل بیولوژیک، اجتماعی و فرهنگی را مورد بررسی قرار می‌دهند و در بررسی عوامل بیولوژیک، به مسأله تأثیر وراثت و ساختمان بدنی و ماهیت ساختاری سیستم مغز و اعصاب و دستگاه غددی اهمیت می‌دهند. و در تحقیق پیرامون تأثیر عوامل اجتماعی بر روی شخصیت به مطالعه مهارتهای دوره کودکی بویژه در خانواده و روش رفتار والدین و نیز تأثیر فرهنگهای جنبی و طبقات مختلف مردم و مؤسسات گوناگون اجتماعی و گروههای رفیق و دوست بر شخصیت فرد، می‌پردازند.

بنابراین، عوامل مشخص کننده شخصیت را می‌توان به دو گروه اصلی تقسیم کرد: عوامل وراثتی یعنی عواملی که از ساختمان طبیعی خود فرد منبعث می‌شود و عواملی محیطی، یعنی عواملی که از محیط اجتماعی- فرهنگی خارج از وجود انسان، نشأت می‌گیرد.

روان شناسان هنگام بحث درباره خصوصیات شخصیت منبعث از طبیعت ساختمان خود فرد، تنها به مطالعه عوامل جسمی- بیولوژیک توجه می‌کنند و جنبه روانی انسان را به فراموشی می‌سپارند و از آن غافل می‌مانند و این البته موافق روش آنها در پژوهشهای علمی است، روشهایی که تنها موضوعاتی را که مشاهده و کاوش آن در آزمایشگاههای علمی، امکان پذیر است، مورد تحقیق قرار می‌دهد. به همین دلیل است که روان‌شناسان جدید، جنبه معنوی و تأثیر آن را بر روی شخصیت انسان مورد بررسی قرار نمی‌دهند.

البته عذر روان‌شناسانی که در پژوهشهای خود، از روش تجربی پیروی می‌کنند و متعرض جنبه معنوی انسان نمی‌شوند تا اندازه‌ای پذیرفته است، زیرا نمی‌دانند چگونه از راه پژوهش علمی به روان انسان دست یابند، اما ناتوانی آنان در رسیدن به جنبه معنوی انسان از طریق کاوش علمی نباید باعث شود که به هنگام کوشش برای درک

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۱۳

شخصیت و علل رفتار او اعم از بهنجار و نابهنجار، از این جنبه معنوی به طور کامل غفلت ورزند. همین غفلت روان شناسان از جنبه روحی در بررسی شخصیت انسان، بوضوح منجر به قصور درک آنها از انسان و کوتاهی در کوشش برای شناخت خصوصیات شخصیت بهنجار و نابهنجار و عدم دستیابی به روش ایده‌آل در روان درمانی اضطرابهای شخصیت، شده است. اریک فروم، روانکاو معروف، قصور و عجز روان‌شناسی جدید را در خصوص شناخت صحیح انسان که ناشی از عدم توجه به بررسی جنبه روانی انسان است، مشاهده کرده است. او چنین می گوید: «... سنّتی که روان‌شناسی را علم بررسی روح انسان، آن هم با توجه به فضایل و خوشبختی او، می‌شمرده اکنون کاملا به کناری گذاشته شده است و روان‌شناسی آکادمیک به تقلید از علوم تجربی و روشهای آزمایشگاهی در ارائه آمار و ارقام، اینک مبدل به علمی شده است که درباره همه چیز، بجز روان انسان! بحث می کند و می کوشد جنبه‌هایی از انسان را که امکان آزمایش آن در آزمایشگاه وجود دارد، بشناسد و می‌پندارد که احساس و معیارهای ارزش و شناخت خیر و شر، صرفا تصوراتی متافیزیک هستند و ربطی به مسائل روان‌شناسی ندارند. امروزه، روان‌شناسی به جای این که پدید آورنده روشهایی جدید برای بررسی مسائل مهم انسان باشد، غالبا تمام همّ خود را مصروف مسائل ناچیزی می کند که به گمان روان شناسان با روش علمی قابل بررسی است. به این ترتیب علم روان‌شناسی به موضوع اصلی خود یعنی روح انسان نیازمند شد، حال آن که پیشتر، به بررسی مکانیسمها و واکنش سازیها و غرایز می‌پرداخت و از مطالعه پدیده‌های انسانی که او را از موجودات دیگر کاملا متمایز می‌سازد، مانند محبّت، عقل، احساس و ارزشها، غافل بود». «۱»

بدون شناخت ماهیّت و حقیقت عوامل تعیین کننده شخصیت، اعم از عوامل مادی و معنوی، درک روشن و کامل شخصیت انسان، امکان پذیر نیست. اصولا اکتفا کردن به بررسی عوامل جسمی- بیولوژیک و نادیده گرفتن جنبه روانی انسان، طبیعهٔ تصویری مبهم و غیر دقیق از شخصیت به دست می‌دهد.

---

(۱)- اریک فروم: الدین و التحلیل النفسی، ترجمه فؤاد کامل، ص ۱۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۱۴

الف- آفرینش انسان

قرآن کیفیت خلقت انسان از ماده و روح را بیان کرده است. بر اساس بیان قرآن، خداوند از روح خود در خاک، البته پس از طی مراحل مختلف تکوین آن و تبدیلش به گل، گل سیاه گندیده و گل کوزه گری، «۱» دمید و آدم را آفرید.

إِذْ قالَ رَبُّکَ لِلْمَلائِکَهِٔ إِنِّی خالِقٌ بَشَراً مِنْ طِینٍ فَإِذا سَوَّیْتُهُ، وَ نَفَخْتُ فِیهِ مِنْ رُوحِی فَقَعُوا لَهُ، ساجِدِینَ «به خاطر بیاور هنگامی را که پروردگارت به ملائکه گفت: من بشری را از گل می‌آفرینم هنگامی که آن را نظام بخشیدم و از روح خودم در آن دمیدم، برای او سجده کنید.» «۲»

وَ إِذْ قالَ رَبُّکَ لِلْمَلائِکَهِٔ إِنِّی خالِقٌ بَشَراً مِنْ صَلْصالٍ مِنْ حَمَإٍ مَسْنُونٍ فَإِذا سَوَّیْتُهُ، وَ نَفَخْتُ فِیهِ مِنْ رُوحِی فَقَعُوا لَهُ، ساجِدِینَ «به خاطر بیاور هنگامی که پروردگارت به فرشتگان گفت من بشر را از گل خشکیده‌ای که از گل بدبویی گرفته شده بود خلق می کنم. هنگامی که کار آن را به

---

(۱)- خداوند متعال در چند جای قرآن به مراحل مختلف خلقت آدم اشاره کرده است. در جایی می‌فرماید او را از خاک (تراب) آفریدیم و در جایی دیگر از گل (طین) که مخلوطی از خاک و آب است. و در جای دیگر از «حَمَإٍ مَسْنُونٍ» یعنی گلی که در اثر ماندن در هوای آزاد تغییر شکل داده است و در جای دیگر از «طِینٍ لازِبٍ» یعنی گل چسبنده که شکل پذیر است. و نیز در جای

دیگر از «صَلْصالٍ مِنْ حَمَإٍ مَسْنُونٍ» یعنی گل خشک شده‌ای که وقتی به آن ضربه نواخته می‌شود صدا می‌دهد (گل کوزه گری)، و در جای دیگر از «صَلْصالٍ کَالْفَخَّارِ» یعنی گلی که کاملا خشک شده باشد، مثل وقتی که گل، در آتش پخته شود و به سفال تبدیل شود. ر ک به: المفردات، ابو القاسم الحسن بن محمد المفضل الراغب الاصفهانی، ص ۱۷، ۱۸. و محمد متولی الشعراوی: معجزهٔ القرآن، ص ۱۱۷.

(۲)- ص: ۷۱، ۷۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۱۵

پایان رسانیدم و در او از روح خود (یک روح شایسته و بزرگ) دمیدم همگی برای او سجده کنید.» «۱»

کلمه «روح» در قرآن به چند معنی آمده است. «۲» روحی که در آیات مربوط به خلقت آدم علیه السّلام آمده است به معنای «روحی از خداوند است که انسان را آماده دریافت صفات عالی و عشق ورزیدن نسبت به حق می کند.» «۳» و نیز روح به معنای «عنصری علوی» است که انسان را آماده تحقق اموری والا و کسب صفاتی مقدس و ... می‌سازد، و او را برای ارتقا به مقامی بالاتر از حیوان، شایسته می گرداند و هدف و غایت والا و خطوط اصلی زندگی و روش آن را برایش مشخص و ترسیم می کند. علاوه بر این، بر گرایش او به منشأ ارزشها و معارفی که حقیقت وجود انسان برای تحقق آنهاست، نیز می‌افزاید. «۴»

به دلیل همین ساختار وجودی است که انسان با سایر مخلوقات، تفاوت دارد زیرا او در اکثر خصوصیات جسمانی و انگیزه‌ها و انفعالات حفظ ذات و بقای نوع و نیز قدرت درک و یادگیری، با حیوان شریک است و تنها خصوصیات روحی، او را از حیوان جدا می‌سازد، خصوصیاتی که موجب گرایش و توجه انسان به شناخت و عبادت خداوند متعال و تشویق او به کسب فضایل و اخلاقیات والایی است که او را به سطوح بالای کمال انسانی می‌رساند و شایسته جانشینی خدا در روی زمین می کند. اجمالا می‌توان گفت که وجه تمایز انسان از حیوان، در واقع وجود همین بارقه روح خداوندی در انسان است که فقط او (و نه موجودی دیگر) را آماده شناخت خداوند و ایمان به او و عبادت ذات حق و کسب علوم و بهره گیری از آن به منظور ایجاد تمدن در روی زمین و پایبندی به ارزشها و اخلاقیات والا در رفتارهای فردی و اجتماعی کرده است.

---

(۱)- حجر: ۲۸، ۲۹.

(۲)- روح در قرآن به چند معنی آمده است که ابن قیم، آنها را در کتاب خود «الروح» شرح داده است. و البهی الخولی همین معانی را به نقل از کتاب مزبور و با تغییرات و تصرفاتی در کتاب خود «آدم علیه السّلام» که ما قبلا نیز از آن مطالبی نقل کردیم، آورده است. ص ۲۱- ۲۴.

(۳)- البهی الخولی، همان مأخذ، ص ۲۲.

(۴)- همان مأخذ، ص ۳۲، ۳۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۱۶

باید دانست که روح و ماده در انسان، دو چیز جدا و مستقل از هم نیستند بلکه در یک کل متکامل و هماهنگ، به هم آمیخته‌اند و هویت و شخصیت انسان، از این امتزاج و آمیزش متکامل و هماهنگ تشکیل می‌یابد. اصولا بدون دقت و توجه همه جانبه به این حقیقت که تشکیل شخصیت نتیجه امتزاج ماده و روح است، شناخت دقیق شخصیت انسان امکان پذیر نیست.

ب- تضاد روانی

انسان از نظر شخصیت دارای یک سلسله خصوصیات حیوانی است، که در نیازهای جسمانی متبلور هستند و این نیازها به خاطر

حفظ ذات و بقای نوع باید ارضا شوند. او همچنین، دارای صفاتی ملکوتی است که در اشتیاق روحی نسبت به شناخت خداوند متعال و ایمان به او و عبادت و تقدیس و تنزیه باری تعالی متبلور هستند. گاهی میان این دو نوع خصوصیات شخصیتی انسان، تعارض پیش می‌آید که گاهی نیازها و خواسته‌های جسمانی و زمانی نیازها و اشتیاقات روحی، او را به طرف خود جذب می‌کنند و خود انسان نیز این نزاع درونی بین این دو جنبه شخصیتی را احساس می‌کند، قرآن به حالت نزاع میان جنبه‌های جسمانی و روانی انسان چنین اشاره می‌فرماید:

فَأَمَّا مَنْ طَغی وَ آثَرَ الْحَیاةَ الدُّنْیا فَإِنَّ الْجَحِیمَ هِیَ الْمَأْوی وَ أَمَّا مَنْ خافَ مَقامَ رَبِّهِ وَ نَهَی النَّفْسَ عَنِ الْهَوی فَإِنَّ الْجَنَّةَ هِیَ الْمَأْوی «پس هر کس از حکم خدا سرکشی و طاغی شد و زندگی دنیا را برگزید دوزخ جایگاه اوست. و هر کس از حضور در پیشگاه عز ربوبیّت بترسید و از هوای نفس دوری جست، همانا بهشت منزلگاه اوست.» «۱»

---

(۱)- نازعات: ۳۷- ۴۱.

قرآن، همچنین آن جا که بیرون آمدن قارون را با آن دبدبه و کبکبه و همراه زیور آلات وصف می‌کند، نیز به نزاع درونی جسم و روح اشاره می‌فرماید، چون بعضی از مردم با دیدن وضع قارون آرزو کردند که کاش آنها هم مثل او ثروتمند بودند، ولی برخی دیگر به آنان گفتند که آنچه نزد خداست بهتر و پایدارتر است.

فَخَرَجَ عَلی قَوْمِهِ فِی زِینَتِهِ قالَ الَّذِینَ یُرِیدُونَ الْحَیاةَ الدُّنْیا یا لَیْتَ لَنا مِثْلَ ما أُوتِیَ قارُونُ إِنَّهُ، لَذُو حَظٍّ عَظِیمٍ وَ قالَ الَّذِینَ أُوتُوا الْعِلْمَ وَیْلَکُمْ ثَوابُ اللَّهِ خَیْرٌ لِمَنْ آمَنَ وَ عَمِلَ صالِحاً وَ لا یُلَقَّاها إِلَّا الصَّابِرُونَ « (قارون) با تمام زینت خود در برابر قومش ظاهر شد، آنها که طالب حیات دنیا بودند گفتند: ای کاش همانند آنچه به قارون داده شده است، ما نیز داشتیم! براستی که او بهره عظیمی دارد کسانی که علم و دانش به آنها داده شده بود گفتند وای بر شما! ثواب الهی بهتر است برای کسانی که ایمان آورده‌اند و عمل صالح انجام می‌دهند، اما جز صابران آن را دریافت نمی‌کنند.» «۱»

برخی از مسلمانان وقتی شنیدند کاروان خواروبار به مدینه رسید، از اطراف پیامبر صلّی اللّه علیه و آله پراکنده شدند. قرآن ضمن نقل این ماجرا، به مسأله تضاد میان جنبه‌های مادی و معنوی انسان نیز اشاره می‌فرماید:

وَ إِذا رَأَوْا تِجارَةً أَوْ لَهْواً انْفَضُّوا إِلَیْها وَ تَرَکُوکَ قائِماً قُلْ ما عِنْدَ اللَّهِ خَیْرٌ مِنَ اللَّهْوِ وَ مِنَ التِّجارَةِ وَ اللَّهُ خَیْرُ الرَّازِقِینَ «و این مردم (ضعیف الایمان) چون تجارتی یا لهو و بازیچه‌ای ببینند بدان شتابند و تو را در نماز تنها گذارند، ای رسول بگو به خلق که آنچه نزد خداست

---

(۱)- قصص: ۷۹، ۸۰.

(یعنی ثواب آخرت و بهشت ابد) بسیار برای شما از لهو و لعب و تجارتهای دنیا بهتر است و خدا بهترین روزی دهنده خلایق است.» «۱»

شاید مشیت خداوندی چنین اقتضا داشته باشد که انسان در میان سختیهای دیگر زندگی، از تضاد درونی خواسته‌های جسمانی و روانی نیز رنج ببرد.

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسانَ فِی کَبَدٍ «ما نوع انسان را به حقیقت در رنج و مشقت آفریدیم.» «۲»

و نیز شاید مشیّت الهی بر این قرار گرفته باشد که روش انسان در حل این مشکل، همان آزمایش حقیقی و اساسی باشد که خداوند

در این دنیا برای انسان مقرر فرموده است. کسانی که بتوانند جنبه‌های مادی و معنوی شخصیت را در خود جمع کنند و حتی الامکان بیشترین هماهنگی و تعادل را میان آنها برقرار سازند، از این آزمایش موفق و سربلند بیرون می‌آیند و شایسته پاداش خوشبختی دنیا و آخرت می‌شوند. اما آنهایی که به دنبال شهوات جسمانی می‌روند و از خواسته‌های معنوی غافل می‌مانند، در این آزمایش شکست می‌خورند و سزاوار بدبختی و شقاوت دنیا و آخرت می‌شوند.

یا أَیُّهَا الَّذِینَ آمَنُوا لا تُلْهِکُمْ أَمْوالُکُمْ وَ لا أَوْلادُکُمْ عَنْ ذِکْرِ اللَّهِ وَ مَنْ یَفْعَلْ ذلِکَ فَأُولئِکَ هُمُ الْخاسِرُونَ «الا ای اهل ایمان مبادا هرگز مال و فرزندانتان شما را از یاد خدا غافل سازد و کسانی که به امور دنیا از یاد خدا غافل شوند آنها به حقیقت زیانکاران عالمند.» «۳»

---

(۱)- جمعه: ۱۱.

(۲)- بلد: ۴.

(۳)- منافقون: ۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۱۹

إِنَّما أَمْوالُکُمْ وَ أَوْلادُکُمْ فِتْنَةٌ وَ اللَّهُ عِنْدَهُ، أَجْرٌ عَظِیمٌ «به حقیقت اموال و فرزندان شما اسباب فتنه و امتحان شما هستند (چندان به آنها دل نبندید) و (بدانید) که نزد خدا اجر عظیم (بهشت ابد) خواهد بود.» «۱»

فَذَکِّرْ إِنْ نَفَعَتِ الذِّکْری سَیَذَّکَّرُ مَنْ یَخْشی وَ یَتَجَنَّبُهَا الْأَشْقَی الَّذِی یَصْلَی النَّارَ الْکُبْری ثُمَّ لا یَمُوتُ فِیها وَ لا یَحْیی قَدْ أَفْلَحَ مَنْ تَزَکَّی وَ ذَکَرَ اسْمَ رَبِّهِ فَصَلَّی بَلْ تُؤْثِرُونَ الْحَیاةَ الدُّنْیا وَ الْآخِرَةُ خَیْرٌ وَ أَبْقی «پس به آیات الهی خلق را اگر سودمند افتد متذکر ساز. البته هر که خدا ترس باشد به این تذکر پند گیرد و آن که شقی‌تر نفس (و بدبخت‌ترین مردم) است از آن پند و موعظه الهی دوری گزیند آن کس (عاقبت) به آتش بسیار سخت دوزخ درافتد و در آن دوزخ نه بمیرد (تا راحت شود) و نه زنده برخوردار از زندگانی باشد حقا که فلاح و رستگاری یافت آن کسی که تزکیه نفس کرد و به ذکر نام خدا به نماز (و طاعت) پرداخت (اما مردم از جهل و غفلت از پی این سعادت نروند) بلکه زندگانی دنیا را برگزینند و عزیز دارند در صورتی که منزل آخرت بسی بهتر و پاینده‌تر (از دنیای چند روزه) است.» «۲»

الَّذِی خَلَقَ الْمَوْتَ وَ الْحَیاةَ لِیَبْلُوَکُمْ أَیُّکُمْ أَحْسَنُ عَمَلًا ...

«خدایی که مرگ و زندگانی را آفرید که شما بندگان را بیازماید تا کدام نیکوکارتر (و خلوص اعمالش بیشتر) است ...» «۳»

شاید مقتضای حکمت و رحمت خداوند متعال این است که انسان را با کلیّه امکانات

---

(۱)- تغابن: ۱۵.

(۲)- اعلی: ۹- ۱۷.

(۳)- ملک: ۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۲۰

لازم، برای حل این تضاد و عبور از مرحله این آزمایش مشکل، کمک کند. از این رو برای تمیز و تشخیص خیر و شر و حق و باطل، به انسان عقل عطا فرموده است. همچنین به او آزادی اراده و انتخاب داده است تا بتواند در این درگیری تصمیم بگیرد و هر راهی را که خود برای حل این تضاد می‌پسندد، انتخاب کند. اصولا پایه و زیربنای مسؤولیت و حسابرسی انسان را همین آزادی اراده و انتخاب راه حل این تضاد، تشکیل می‌دهد.

وَ هَدَيْناهُ النَّجْدَيْنِ «و راه خير و شر (حق و باطل، بهشت و دوزخ) را به او ننموديم؟» «۱» إِنَّا هَدَيْناهُ السَّبِيلَ إِمَّا شاكِراً وَ إِمَّا كَفُوراً «ما، به حقيقت راه (حق و باطل) را به انسان نموديم (و با تمام حجت بر او رسول فرستاديم) حال خواهد هدايت پذيرد و شكر اين نعمت گويد و خواهد آن نعمت را كفران كند.» «۲»

وَ نَفْسٍ وَ ما سَوَّاها فَأَلْهَمَها فُجُورَها وَ تَقْواها قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاها وَ قَدْ خابَ مَنْ دَسَّاها «و قسم به نفس و آن كه او را نيكو (به حد كمال) بيافريد و به او شر و خير او را الهام كرد. (قسم به اين آيات الهى) كه هر كس نفس (ناطقه) خود را از گناه و بدكارى پاك و منزّه سازد به يقين رستگار خواهد بود. و هر كه او را به كفر و گناه و بدكارى و گناه، پليد گرداند البته زيانكار خواهد شد.» «۳»

---

(۱)- بلد: ۱۰.

(۲)- انسان: ۳.

(۳)- شمس: ۷- ۱۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۲۱

قَدْ جاءَكُمْ بَصائِرُ مِنْ رَبِّكُمْ فَمَنْ أَبْصَرَ فَلِنَفْسِهِ وَ مَنْ عَمِيَ فَعَلَيْها ...

«دلايل روشن از طرف پروردگارتان براى شما آمده است كسى كه (به وسيله آن حق را) ببيند به سود خود اوست و كسى كه از ديدن آن چشم بپوشد به زيان خود اوست ...» «۱»

وَ قُلِ الْحَقُّ مِنْ رَبِّكُمْ فَمَنْ شاءَ فَلْيُؤْمِنْ وَ مَنْ شاءَ فَلْيَكْفُرْ ...

«بگو اين حق است از سوى پروردگارتان هر كس مى‌خواهد ايمان بياورد (و اين حقيقت را پذيرا شود) و هر كس مى‌خواهد كافر گردد ...» «۲»

مَنْ عَمِلَ صالِحاً فَلِنَفْسِهِ وَ مَنْ أَساءَ فَعَلَيْها وَ ما رَبُّكَ بِظَلَّامٍ لِلْعَبِيدِ «كسى كه عمل صالحى بجا آورد نفعش براى خود اوست و هر كس بدى كند به خويشتن بدى كرده است و پروردگارت هرگز به بندگان ستم نمى‌كند.» «۳»

كَلَّا وَ الْقَمَرِ وَ اللَّيْلِ إِذْ أَدْبَرَ وَ الصُّبْحِ إِذا أَسْفَرَ إِنَّها لَإِحْدَى الْكُبَرِ نَذِيراً لِلْبَشَرِ لِمَنْ شاءَ مِنْكُمْ أَنْ يَتَقَدَّمَ أَوْ يَتَأَخَّرَ كُلُّ نَفْسٍ بِما كَسَبَتْ رَهِينَةٌ إِلَّا أَصْحابَ الْيَمِينِ فِي جَنَّاتٍ يَتَساءَلُونَ عَنِ الْمُجْرِمِينَ ما سَلَكَكُمْ فِي سَقَرَ قالُوا لَمْ نَكُ مِنَ الْمُصَلِّينَ وَ لَمْ نَكُ نُطْعِمُ الْمِسْكِينَ وَ كُنَّا نَخُوضُ مَعَ الْخائِضِينَ وَ كُنَّا نُكَذِّبُ بِيَوْمِ الدِّينِ حَتَّى أَتانَا الْيَقِينُ

---

(۱)- انعام: ۱۰۴.

(۲)- كهف: ۲۹.

(۳)- فصلت: ۴۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۲۲

«چنين نيست قسم به ماه تابان و قسم به شب تار چون (به سحر كه وقت راز و نماز مشتاقان خداست) بازگردد و قسم به صبح (نبوت) چون جهان را (به نور علم) روشن سازد كه اين قرآن يكى از بزرگترين آيتهاى (خدا) است پند و اندرز آدميان است تا از شما آدميان هر كه بخواهد (در مقام ايمان و طاعت و سعادت) پيش افتد يا بازماند. هر نفسى در گرو عملى است كه انجام داده است مگر اهل يمين (كه به يمن و سعادت نيكوكار شدند) آنها در باغهاى بهشت متنعمند (سؤال مى‌كنند) از احوال دوزخيان گنهكار كه شما را چه عمل به عذاب دوزخ درافكند؟ آنان جواب دهند كه ما از نمازگزاران نبوديم و مسكينى را طعام (و صدقه‌اى) نداديم و ما با اهل باطل به بطالت پرداختيم و ما روز جزا را تكذيب كرديم تا آن كه (به مرگ) يقين به قيامت يافتيم.» «۱»

بنابراین، ساختمان وجودی انسان، فطرهٔ هم استعداد انجام کارهای زشت، پیروی از هوای نفس و شهوات جسمانی، غرق شدن در لذتهای ملموس و تمایلات دنیوی را دارد و هم آمادگی ارتقا به اوج فضیلت و تقوا و اخلاقیات عالی انسان و عمل صالح و پیامدهای آن، یعنی رسیدن به آرامش روانی و خوشبختی معنوی. به همین دلیل طبیعی است که فطرت انسان بالقوه متضمن تضاد میان خیر و شر، فضیلت و رذیلت و اطاعت و معصیت خداست، و آزمایش واقعی انسان در این دنیا نیز همین سمت و سوی گرایش اراده و موضوع انتخاب او است. آیا راه خیر و اطاعت از خدا را انتخاب خواهد کرد و یا راه شر و نافرمانی را؟ آیا از هواها و شهوات نفس و مسائل دنیوی پیروی می‌کند و از یاد خدا غافل می‌ماند و روز قیامت را فراموش خواهد کرد یا بر هواها و شهوات نفس حاکم شده میان خواسته‌های جسمانی و روحانی خویش تعادل ایجاد خواهد کرد؟

اگر انسان در زندگی خود، لذتهای دنیوی را انتخاب کند و پیرو هوای نفس و شهوات جسم باشد و خدا و روز جزا را فراموش کند، درست مانند حیوان، و حتی بدتر از آن می‌شود زیرا از عقل خود که خداوند او را به واسطه آن بر حیوان برتری بخشیده، استفاده نکرده است.

(۱)- مدثر: ۳۲- ۴۷.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۲۳

أَ رَأَيْتَ مَنِ اتَّخَذَ إِلهَهُ هَواهُ أَ فَأَنْتَ تَكُونُ عَلَيْهِ وَكِيلًا أَمْ تَحْسَبُ أَنَّ أَكْثَرَهُمْ يَسْمَعُونَ أَوْ يَعْقِلُونَ إِنْ هُمْ إِلَّا كَالْأَنْعامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ سَبِيلًا «آیا دیدی کسی را که هوای نفس خویش را معبود خویش ساخت؟ آیا تو حافظ و نگهبان او توانستی شد؟ (یا به دفاع از او برخیزی) آیا گمان می‌بری که اکثر این کافران می‌شنوند یا فکر و تعقلی دارند؟ آنها (در بی‌عقلی) همچون چهارپایانند، بلکه گمراهتر.» «۱»

انسانی که این گونه زندگی می‌کند فاقد شخصیتی رشد یافته است. چنین شخصی درست مانند کودکی است که بجز نیازها و تمایلات خود، هیچ چیز برایش اهمیتی ندارد و در واقع هنوز اراده‌اش قوی نشده و کیفیت حاکمیت بر هوای نفس و خواسته دل را نیاموخته است. از این رو همواره دنباله‌رو خواسته‌ها و تسلیم وسوسه‌های «نفس امّاره به سوء» است.

وَ ما أُبَرِّئُ نَفْسِي إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا ما رَحِمَ رَبِّي إِنَّ رَبِّي غَفُورٌ رَحِيمٌ «من هرگز نفس خویش را تبرئه نمی‌کنم که نفس (سرکش)، بسیار به بدیها امر می‌کند مگر آنچه را پروردگارم رحم کند، پروردگارم غفور و رحیم است.» «۲»

پیامبر اکرم صلّی اللّه علیه و آله نیز در این خصوص چنین می‌فرماید:

«أعدی عدوّک نفسک الّتی بین جنبیک، فمن أدّبها أو قمعها آمن ظلمها» «دشمنترین دشمنانت همان نفس تو است که در درونت قرار دارد، هر کس آن را

(۱)- فرقان: ۴۳، ۴۴.

(۲)- یوسف: ۵۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۲۴

ادب یا سرکوب کند از ظلمش در امان خواهد ماند.» «۱»

وقتی انسان به درجه بالاتری از رشد و کمال برسد، وجدانش بیدار می‌شود و سستی اراده و پیروی از هواها و شهوات نفس و لذتهای دنیا را که موجب لغزش و گناهش هستند محکوم می‌کند و ضمن احساس گناه، نفس خود را به سبب افراط در گناه، سرزنش می‌کند و با طلب بخشش و توبه، به سوی خدا رو می‌آورد. در این حالت، او تحت تأثیر نفس «لوّامه» قرار دارد.

لا أَقْسِمُ بِيَوْمِ الْقِيامَةِ وَ لا أَقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ «قسم به روز (بزرگ) قيامت. و قسم به نفس پرحسرت و ملامت (يعنى نفس انسان كه در قيامت خود را بر تقصير و گناه بسيار ملامت مى كند).» «۲»

اگر انسان در توبه و تقرب به خداوند متعال از طريق انجام عمل صالح و دورى از موجبات خشم خدا، اخلاص داشته باشد و به طور كامل بر هواى نفس و خواسته‌هاى جسمانى خود حاكم باشد و آن را فقط از همان طريقى كه شرع مقدس اجازه داده است ارضا كند، نوعى تعادل همه جانبه ميان خواسته‌هاى جسمانى و روحانى خويش به وجود آورده است. در اين صورت مى‌توان گفت فرد به بالاترين مرحله رشد و تكامل بشرى نايل آمده است، يعنى مرحله‌اى كه نفس انسان در آرامش و اطمينان و وقار به سر مى‌برد، آنگاه صفت «مطمئنه» كاملا بر آن منطبق خواهد شد.

يا أَيَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ارْجِعِي إِلى رَبِّكِ راضِيَةً مَرْضِيَّةً فَادْخُلِي فِي عِبادِي وَ ادْخُلِي جَنَّتِي

---

(۱)- به نقل از: ابو القاسم حسن بن محمد المفضل الراغب الاصفهانى: المفردات، ص ۸۸، ۸۹.

(۲)- قيامت: ۱، ۲.

قرآن و روان‌شناسى، ص: ۳۲۵

« (آن هنگام به اهل ايمان خطاب لطف رسد كه) اى نفس قدسى مطمئن و دل آرام (به ياد خدا). امروز به حضور پروردگار باز آى كه تو خشنود (به نعمتهاى ابدى او) و او راضى (از اعمال نيك) تو است. باز آى و در صف بندگان خاص من درآى. و در بهشت من داخل شوى.» «۱»

اين مفاهيم سه گانه نفس، يعنى نفس امّاره به سوء، نفس لوّامه و نفس مطمئنّه را مى‌توان حالتهايى تصور كرد كه شخصيت انسان در سطوح مختلف رشد، به آن متّصف مى‌شود و شخصيت انسان در جريان تضاد درونى ميان جنبه‌هاى مادى و معنوى ماهيت ساختارى خويش، آنها را پشت سر مى‌گذارد. زمانى كه شخصيت انسان در پايين‌ترين سطح قرار دارد به طورى كه هواها و شهوات و لذّتهاى جسمانى و دنيوى بر او مسلط اند، در واقع تحت حاكميت «نفس امّاره» مى‌باشد. و هنگامى كه به بالاترين درجه رشد و كمال بشرى مى‌رسد تا آن جا كه تعادل كامل ميان خواسته‌هاى جسمانى و روانى او برقرار مى‌شود، آنگاه به مرحله‌اى رسيده است كه صفت نفس مطمئه بر آن تطبيق مى‌كند. حد وسط ميان اين دو مرحله، مرحله‌اى است كه انسان نفس خود را نسبت به خطاهايى كه مرتكب شده است به محاسبه مى‌كشد و از ارتكاب كارهايى كه موجب خشم خدا و سرزنش وجدان مى‌شوند مجدانه امتناع مى‌ورزد. اما انسان هميشه در اين تلاش موفق نيست و گاهى به علت ضعف، دچار اشتباه مى‌شود و به خطا مى‌افتد. در اين حالت به شخصيت انسان «نفس لوّامه» اطلاق مى‌شود.

شايسته ذكر است كه پس از گذشت چهارده قرن از نزول قرآن، زيگموند فرويد مؤسس روانكاوى، در خصوص شخصيت، نظريه‌اى ارائه داد و بر اساس آن نفس را به سه بخش متمايز تقسيم كرد كه شباهتهايى با مفاهيم نفس امّاره و لوّامه و مطمئنه در قرآن، دارد. فرويد معتقد است كه نفس انسان داراى سه بخش «او»، «من» و «من برتر» است. «۲» «او» به نظر فرويد حاوى غرايز منبعث از جسم است و نفس در اين مرحله از

---

(۱)- فجر: ۲۷- ۳۰.

(۲)- زيگموند فرويد، الأنا و الهو: ترجمه محمد عثمان نجاتى، چاپ چهارم، بيروت: دار الشروق، ۱۹۸۲، ص ۱۴- ۱۷؛ زيگموند فرويد: معالم التحليل النفسى، ترجمه محمد عثمان نجاتى، چاپ پنجم، بيروت:

دار الشروق، ۱۹۸۳، ص ۴۶- ۴۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۲۶

اصل «لذّت» پیروی می‌کند و هدفش دائما ارضای غرایز بدون رعایت منطق، اخلاق و واقعیت است. «او» به این معنی تا حدودی شبیه «نفس اماره به سوء» در قرآن است.

«من برتر» آن بخش از نفس است که از آموزشهای فرد از طریق والدین و اساتید و نیز از ارزشهای فرهنگی محیط تشکیل می‌شود و کم کم به یک نیروی نفسانی درونی مبدّل می‌شود و به محاسبه و مراقبت و انتقاد از فرد می‌پردازد و نیز گاهی او را به مکافات تهدید می‌کند. این نفس را معمولا به نام وجدان می‌شناسند. به عقیده فروید «من برتر» نشان دهنده ماهیت رشد یابنده انسان است. من برتر به این معنی تا حدودی شبیه مفهوم «نفس لوّامه» است.

و بالاخره «من» آن بخش از نفس است که زمام تمایلات غریزی ناشی از «او» را در دست دارد و بر آنها مسلط است. در نتیجه به آنچه که خود می‌خواهد اجازه ارضا می‌دهد و انجام آنچه را که نمی‌خواهد، به تعویض می‌اندازد و نیز تمایلاتی که نابودی آنها را ضروری می‌داند سرکوب می‌کند و در این کارها اصل «واقعیت» یا توجه به «جهان بیرون از خود» را- با تمام قوانین و ارزشها و اخلاقیات و دستورهای دینی آن- مراعات می‌کند. به عقیده فروید کار «من» ایجاد هماهنگی بین «او» و واقعیت، یا جهان خارج و بین «من برتر» است به طوری که تنها در حدود واقعیت، به «او» اجازه ارضا می‌دهد و همچنین از افراط و زیاده‌روی «من برتر» جلوگیری می‌کند و مانع افراط در انتقاد و تهدید به مجازات بدون دلیل منطقی می‌شود. اگر «من» در وظیفه ایجاد هماهنگی بین «او» و «من برتر» موفق شود، امکان تعادل و هنجار و سلامت روانی انسان متحقق خواهد شد.

با توجه به مطالب فوق ما می‌توانیم میان نتیجه‌ای که موفقیت «من» در انجام وظیفه به آن منتهی می‌شود و نیز تحقق تعادل شخصیت و خوشبختی انسان از یک طرف، و میان حالت «نفس مطمئنه» که انسان با غلبه بر هوای نفس و ایجاد تعادل بین خواسته‌های جسمانی و روانی خود به آن می‌رسد از طرف دیگر شباهتهایی بیابیم. البته انسان در این میان «اصل واقعیت» را که نظام زندگی در یک جامعه اسلامی بر او تحمیل می‌کند مراعات می‌نماید، یعنی عبادتهای واجب را انجام می‌دهد و به امر به معروف و نهی از منکر و عمل صالح می‌پردازد و از مقررات اخلاق اسلامی پیروی می‌کند.

البته در این جا لازم است به وجود اختلاف موجود میان مفاهیم سه گانه نفس آن طور

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۲۷

که در قرآن آمده است و انواع سه گانه نفس از دیدگاه فروید، نیز اشاره کنیم. مفاهیم نفس «امّاره به سوء» و نفس «لوّامه» و نفس «مطمئنه»، حالتهای مختلفی هستند که در جریان نزاع درونی بعد مادی و بعد معنوی شخصیت انسان، نفس او به آنها متصف می‌شود؛ بنابراین نمی‌توان آنها را بخشهای مختلفی از نفس دانست چنان که در اثنای مراحل مشخص رشد که انسان آنها را پشت سر می‌گذارد، به وجود نمی‌آیند. اما مفاهیم «او» و «من» و «من برتر» از دیدگاه فروید، هم انواع مختلف نفس هستند و هم در مراحل مختلف رشد کودک به وجود می‌آیند. زیرا «او» در واقع همان نفس کودک است بلافاصله پس از تولدش؛ چه، کودک در این مرحله بطور کلی تحت تأثیر خواسته‌های غریزی‌اش قرار دارد. سپس به تدریج و تحت تأثیر جهان خارج، بخش «من» کودک به وجود می‌آید و این همان است که با رعایت مقتضیات و نیازهای «واقعیت» و جهان خارج، بر غرایز برخاسته از «او» حکومت می‌کند. و «من برتر» کودک نیز از امرها و نهی‌هایی که او از والدین و فرهنگ محیط خود دریافت می‌کند، ساخته می‌شود و این همان وجدان است که انسان را به محاسبه می‌کشد و بر اشتباهات و گناهانی که مرتکب می‌شود، سرزنش و توبیخش می‌کند. از دیدگاه فروید میان این سه بخش نفس بدون شک برخوردهایی به وجود می‌آید که در جریان آن «من» می‌کوشد میان خواسته‌های «او» و «من برتر» و جهان خارج، هماهنگی ایجاد کند و اگر در این کار موفق شود، آنگاه انسان، انسانی بهنجار و برخوردار از بهداشت روانی خواهد شد.

در حالی که از دیدگاه فروید، برخورد روانی میان این سه بخش نفس رخ می‌دهد، بر اساس تصویری که قرآن از طبیعت و سرشت آفرینش انسان، ترسیم می‌کند، این برخورد میان بعد مادی و بعد روحی و روانی شخصیت انسان به وقوع می‌پیوندد و در نتیجه این برخورد، حالتهای سه‌گانه نفس به وجود می‌آید: نفس امّاره به سوء، نفس لوّامه و نفس مطمئنّه.

ج- تعادل شخصیت

قبلا گفتیم که مناسبترین راه حل مشکل تضاد میان جنبه‌های جسمانی و روانی انسان، در واقع ایجاد هماهنگی میان آن دو است. به این معنی که انسان در حدود شرع، نیازهای

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۲۸

جسمانی خود را ارضا کند و همزمان با آن به ارضای نیازهای روانی نیز بپردازد. اگر انسان در زندگی به میانه‌روی و اعتدال و دوری از زیاده‌روی و افراط در ارضای انگیزه‌های جسمانی و روانی ملتزم باشد، ایجاد هماهنگی میان نیازهای جسم و روح کاملا امکان پذیر است. زیرا در اسلام نه رهبانیتی وجود دارد که با ارضای انگیزه‌های جسمانی مخالف باشد و در جهت سرکوب آن عمل کند و نه نوعی اباحه مطلق که انگیزه‌های جسمانی را به طور کامل ارضا کند. اسلام خواهان هماهنگی انگیزه‌های جسم و روح، و در پیش گرفتن راه میانه‌ای است که به ایجاد تعادل میان جنبه‌های مادی و معنوی انسان بینجامد. ما قبلا هنگام بحث درباره تعارض روانی، در فصل اول همین کتاب (فصل مربوط به انگیزه‌ها در قرآن) نیز به این موضوع اشاره کرده‌ایم. قرآن به ضرورت تحقق این تعادل در شخصیت انسان، چنین اشاره می‌فرماید:

وَ ابْتَغِ فِيما آتاكَ اللَّهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ وَ لا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيا ...

«و در آنچه خدا به تو داده سرای آخرت را جستجو کن و بهره‌ات را از دنیا فراموش مکن ...» «۱»

پیامبر اکرم صلّی اللّه علیه و آله نیز در این باره چنین می‌فرماید:

«لیس خیرکم من عمل لدنیاه دون آخرته، و لا من عمل لآخرته، و ترك دنیاه و إنّما خیرکم من عمل لهذه» «بهترین شما کسی نیست که فقط برای دنیای خود بدون در نظر گرفتن آخرت، کار کند و نه کسی که فقط برای آخرتش کار کند و دنیا را رها سازد، بلکه بهترین فرد در میان شما کسی است که هم برای دنیا و هم برای آخرت کار کند.» «۲»

---

(۱)- قصص: ۷۷.

(۲)- محمد جواد مغنیه، فلسفة الأخلاق فی الاسلام، بیروت، دار العلم للملابین، ۱۹۷۷، ص ۱۹۴، ۱۹۵.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۲۹

با برقراری تعادل میان جسم و روح، ماهیت انسان به طور حقیقی و کامل شکل می‌گیرد. این ماهیت کمال یافته را می‌توان در شخصیت پیامبر اسلام صلّی اللّه علیه و آله که هم نیروی شاداب روحی و هم طراوت فزاینده جسمانی هر دو را دارا بود، متبلور دید، به طوری که آن حضرت، هم با صفا و خشوع کامل به عبادت حق می‌پرداخت و هم مانند دیگران به زندگی بشری خود ادامه می‌داد و در حدود شرع از لذتهای دنیوی نیز بهره می‌جست. به همین دلیل وجود مقدس آن حضرت، نماینده یك انسان کامل و یك شخصیت نمونه بود که کلیه قوای جسمانی و روانی انسانی در او متعادل شده بود. «۱»

تعادل جسم و روح در شخصیت انسان، نمایانگر توازن موجود در کل هستی است.

زیرا خداوند متعال هر چیزی را در اندازه و میزان مشخصی آفرید. ما در فصل اول آن جا که درباره انگیزه‌های فطری بحث می‌کردیم، به ایده تعادل حیاتی در بدن و نیز به وظیفه انگیزه‌های فطری در نگه داشتن بدن در حالتی ثابت از تعادل که برای حفظ

ذات و بقـای نوع امری ضـروری است، اشـاره کردیم. امـا بایـد توجه داشت که مسأله تعـادل در انسان منحصـر به تعادل بیولوژیک نیست، بلکه کل شخصیت انسان و نیز تعادل جسم و روح را هم در بر می گیرد.

د- شخصیت بهنجار

از مطالب گذشته این مسأله روشن می‌شود که شخصیت بهنجار از نظر اسلام، شخصیتی است که جسم و روح در آن متعادل باشد و نیازهای هر کدام ارضا شود.

انسانی که دارای شخصـیت بهنجار است، به جسم و سـلامت و نیرومنـدی آن اهمیت می‌دهد و نیازهای آن را در حدودی که شـرع مقـدس روا می‌دانـد برآورده می‌سـازد و همزمـان با آن به خـدا ایمان می‌آورد. عبادات و اموری را که موجب رضایت خـدا هسـتند انجـام می‌دهـد و از اعمـالی که موجب خشم خـدا می‌شود اجتناب می کنـد. بنابراین از نظر اسـلام فردی که پیرو هوای نفس خویش باشد، فردی نابهنجار است و نیز کسی که

(۱)- محمد قطب: فی النفس و المجتمع، چاپ دوم، قاهره، مکتبهٔ وهبهٔ، ۱۹۶۲، ص ۶۲، ۶۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۳۰

خواسته‌های جسـمانی خود را سـرکوب و مقهور می کند و با رهبانیتی افراطی، و ریاضتی شدید باعث ضعف جسمی خود می‌شود و تنهـا به ارضـای نیازها و تمایلات معنوی می‌پردازد، شخصـی نابهنجار است. زیرا این گونه گرایشـهای افراطی و تفریطی با طبیعت و فطرت انسـان مخـالف و متضـاد اسـت. به همین دلیـل هیـچ کـدام از این دو گرایش، به شـکل گیری و تحقـق مـاهیت حقیقی انسـان نمی‌انجامد، چنان که او را به کمال حقیقی شخصیتی نیز نمی‌رساند.

ه- انواع شخصیت در قرآن

اشاره

اندیشـمندان در طول تاریخ، و روان‌شـناسان در قرن حاضر کوشیده‌اند، وجود تشابه و تفاوت شخصیتهای مردم را بررسی کنند. آنان مردم را از نظر شخصـیت به چند نوع تقسـیم کرده‌اند که هر نوع، گروه مشخصـی از خصوصـیات یا نشانه‌های متمایز کننده‌ای در بر دارد. برخی، مردم را بر اساس خصوصـیات جسـمانی آنها، به انواع مختلفی تقسـیم کرده‌اند و معتقدند کسانی که زیر گروه یکی از انـواع جسـمانی شخصـیت قرار می گیرنـد، در خصوصـیات روانی نیز شـبیه یکدیگرنـد. گروهی دیگر، مردم را بر اسـاس تشـابه خصوصیات روانی آنان به انواع روانی تقسیم کرده‌اند. «۱»

تقسـیم مردم از نظر شخصـیت به انواع مختلف، که هر نوع آن شامل افراد دارنـده خصوصـیاتی مشابه باشد، در واقع کوششـی اسـت برای توصیف مردم و تفسیر رفتار آنها.

مثلا وقتی قایل به انتساب فلان فرد به فلان نوع شخصیّت شویم، خواهیم توانست خود او را توصیف و رفتارش را تفسیر کنیم، چنان که نوع رفتاری نیز که احتمالا در موارد مشخصی در آینده از او سر خواهد زد قابل پیش‌بینی خواهد بود.

قرآن مردم را بر اسـاس عقیـده، به سه نوع تقسـیم کرده است: مؤمنـان، کافران و منافقان. هر یک از این انواع سه گانه، خصوصـیات اصلی و عمومی ویژه خود را دارد که از دو نوع دیگر جدایش می‌سازد. از آن جا که قرآن کتاب عقیده و هدایت است، این گونه

(۱)- برای اطلاع بیشتر از نظریه‌های ارائه شده در خصوص انواع شخصیت، رک به: «الشخصیة»؛ ریچارد س. لازاروس، ص ۶۲- ۶۷ و علم النفس فی حیاتنا الیومیة: محمد عثمان نجاتی، ص ۳۹۸- ۴۰۵.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۳۱

تقسیم بندی مردم، با اهداف آن نیز هماهنگی دارد. از طرف دیگر، این تقسیم بندی نشان دهنده اهمیت عقیده در ساختار شخصیت انسان و تشخیص خصوصیات متمایز کننده او است و نیز رفتار انسان را به شکلی خاص و مشخص که موجب تمایز او از دیگران شود، جهت می‌دهد. این تقسیم بندی همچنین نشان می‌دهد که عامل اصلی ارزشیابی شخصیت از نظر قرآن، عقیده است.

قرآن در بسیاری از موارد به مردم دارای این سه نوع شخصیت، یعنی مؤمنان، کافران و منافقان اشاره می کند. مثلا در آغاز سوره بقره، مؤمنان را در چهار آیه (۲- ۵)، کافران را در دو آیه (۶، ۷) و منافقان را در ۱۳ آیه (۸- ۲۰) ذکر می کند. در سوره‌های دیگری نیز به آنها اشاره می کند. علاوه بر این، برای هر یک نیز سوره‌ای اختصاص داده و نام آنها را بر آن سوره نهاده است. سوره‌های «مؤمنون» «کافرون» و «منافقون». «۱»

قرآن برای هر یک از این شخصیتهای سه گانه، خصوصیات و علایم ویژه‌ای ذکر می کند که به واسطه آن از دو نوع دیگر متمایز می‌شود. ما ذیلا- سعی خواهیم کرد مهمترین نشانه‌هایی را که موجب تمایز هر نوع از انواع دیگر می‌شود همان‌طور که در قرآن آمده است، ذکر کنیم.

۱- مؤمنان:

اشاره

خداوند متعال در بسیاری از آیات و اکثر سوره‌های قرآن، مؤمنان و رفتارشان را در زمینه‌های مختلف زندگی از قبیل: عقیده، عبادت، اخلاق، رابطه با دیگران، روابط خانوادگی، عشق به شناخت، زندگی عملی و تلاش برای کسب روزی و خصوصیات جسمی ذکر کرده است.

اگر به جمع آوری خصوصیات مؤمنان- که در قرآن آمده است- بپردازیم، می‌توانیم آنها را به ۹ زمینه اصلی و عمومی از زمینه‌های رفتاری تقسیم کنیم:

---

(۱)- در این موضوع همچنین رک به: النماذج الانسانیة فی القرآن الکریم، احمد محمد فارس، بیروت. دار الفکر (بدون تاریخ)، ص ۶۱- ۸۵؛ و الانسان فی الاسلام و الانسان المعاصر، عبدالغنی عبود، قاهره: دار الفکر العربی، ۱۹۷۸، ص ۱۵۲- ۱۵۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۳۲

۱- خصوصیات عقیدتی.

۲- خصوصیات عبادی.

۳- خصوصیات مربوط به روابط اجتماعی.

۴- خصوصیات مربوط به روابط خانوادگی.

۵- خصوصیات اخلاقی.

۶- خصوصیات انفعالی و عاطفی.

۷- خصوصیات عقلانی و شناختی.

۸- خصوصیات مربوط به زندگی عملی و حرفه‌ای.

۹- خصوصیات جسمانی.

هر یک از این زمینه‌ها، شامل گروه دیگری از خصوصیات فرعی می‌شود که هر کدام مربوط به جنبه خاص و معینی از رفتار است. عنوانهای زیر نشان دهنده گروههای فرعی است که در زمینه‌های عمومی و اصلی خصوصیات مؤمنان، قرار دارند.

۱- ۱ خصوصیات عقیدتی

ایمان به خدا، پیامبران، کتب آسمانی، فرشتگان، روز قیامت، روز رستاخیز و حساب، بهشت و دوزخ، غیب و قضا و قدر.

۱- ۲ خصوصیات عبادی

عبادات خدا و انجام فرایض از قبیل: نماز، روزه، زکات، حج، جهاد در راه خدا با مال و جان، تقوای خدا، ذکر دائم خدا، طلب بخشش از خدا، توکل بر خدا و قراءت قرآن.

۱- ۳ خصوصیات مربوط به روابط اجتماعی

رفتار خوب با مردم، جود و احسان، تعاون و همکاری، اتحاد و همبستگی، امر به معروف و نهی از منکر، عفو، ایثار، اجتناب از کارهای بیهوده.

۱- ۴ خصوصیات مربوط به روابط خانوادگی

نیکی به والدین و خویشاوندان، حسن معاشرت همسران نسبت به یکدیگر، سرپرستی خانواده و پرداخت نفقه به آنها.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۳۳

۱- ۵ خصوصیات اخلاقی

صبر، بردباری، صداقت، عدالت، امانتداری، وفای به عهد خدا و مردم، پاکدامنی، فروتنی، سخت کوشی در گرفتن حق و در راه خدا، عزت نفس، قدرت اراده، حاکمیت بر هوا و شهوت نفس.

۱- ۶ خصوصیات انفعالی و عاطفی

خدادوستی، ترس از عذاب خدا، امید به رحمت خدا، مردم دوستی و خیرخواهی نسبت به آنان، فرو خوردن خشم و کنترل انفعال غضب، تجاوز نکردن به دیگران، عدم حسادت به دیگران، تواضع، مهربانی و سرزنش کردن نفس و احساس پشیمانی در صورت ارتکاب گناه.

۱- ۷ خصوصیات عقلانی و شناختی

تفکر در هستی و آفرینش خدا، طلب شناخت و دانش، عدم پیروی از گمان، جستجوی حقیقت، آزادی فکر و عقیده.

۱- ۸ خصوصیات مربوط به زندگی عملی و حرفه‌ای

اخلاص در عمل و خوب کار کردن، تلاش فعالانه و مجدانه برای کسب روزی.

۱- ۹ خصوصیات بدنی

نیرومندی، سلامت، پاکیزگی و طهارت.

اگر به مجموعه این خصوصیات که قرآن مؤمنان را به آن توصیف کرده است بیندیشم، می‌توانیم تصویر دقیق و پر از نشاط زندگی مؤمن را در ذهن خود مجسم کنیم، مؤمنی که صادقانه به پروردگارش ایمان آورده است و تنها او را عبادت می‌کند و در زندگی شخصی، خانوادگی، اجتماعی و شغلی خود به ارزشهای والای انسانی و اخلاق پسندیده پایبند و در اخلاص و امانتداری و دقت در کارها نمونه است. تصویری که قرآن از مؤمن ارائه می‌دهد تصویر انسان کامل در حدود امکانات بشری است و آنچه که خدا از ما می‌خواهد تلاش همه جانبه برای وصول به این کمال است. پیامبر اکرم صلّی اللّه علیه و آله نخستین

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۳۴

گروه مسلمانان را بر اساس همین خصوصیات تربیت، و در نتیجه شخصیت آنان را کاملا دگرگون کرد و از آنان، اشخاص مؤمنی ساخت که توانستند با نیروی شخصیت، شرف اخلاقی، علو همت، خصایل پسندیده و ارزشهای والایی که از قرآن و سنت فرا گرفته بودند، چهره تاریخ را تغییر دهند.

تصویری که قرآن راجع به مؤمنان، در ذهنمان ترسیم می‌کند، در واقع الگویی از یک انسان مؤمن است که باید برای تحقق یافتن واقعی آن تلاش کنیم. و نیز باید تربیت کودکان بر اساس همین خصوصیات باشد تا به خصوصیاتی اصلی و ریشه‌دار تبدیل شود و تشکیل یک جامعه سالم اسلامی تنها از این طریق امکان پذیر است.

خصوصیات مزبور در شخصیت مؤمن مستقل از هم نیستند، بلکه در همدیگر تأثیر و تأثر دارند و مکمّل یکدیگرند و نیز مشترکا رفتار مؤمن را در کلیه زمینه‌های زندگی جهت می‌دهند. به همین دلیل رفتار مؤمن چه در ارتباط با پروردگار، یا ارتباط با مردم و یا با خود، هماهنگ است.

خصوصیات عقیدتی، نقش اساسی و تعیین کننده‌ای در جهت دادن به رفتار انسان در کلیه زمینه‌های زندگی ایفا می‌کنند، به طوری که ایمان به توحید و روز رستاخیز و حساب، از خصوصیات اصلی حاکم بر شخصیت انسان می‌شوند و در کلیه خصوصیات دیگر شخصیتی، مؤثر هستند و آنها را راهنمایی می‌کنند. بنابراین مؤمنی که نسبت به پروردگار، امین و درستکار است، در کارهای خود و دیگران نیز امین و مورد اعتماد خواهد بود و همچنین مؤمنی که از پروردگار خود می‌ترسد و خالصانه او را عبادت می‌کند، در برخورد با خواسته‌های نفسانی خود و نیز در روابط با مردم، طالب رضایت و پاداش خداوندی است و از خشم و کیفر او بیمناک است. به این ترتیب ایمان به خداوند و عبادت او، موجب ادامه زمینه‌های رفتاری مؤمن در زندگی می‌شود. از همین دیدگاه است که راهنمایی نفس به راه درست، خوشرفتاری با مردم و اظهار محبّت و خلوص و انجام کار نیک برای آنان، نوعی عبادت محسوب می‌شود.

بدیهی است که همه مؤمنان از نظر تقوا در یک سطح نیستند در درجات و مراحل، با هم فرق دارند. قرآن سه درجه یا سه گروه برای مؤمنان ذکر کرده است: مؤمنانی که به خود ظلم می‌کنند، میانه‌روها و پیشتازان خیر.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۳۵

ثُمَّ أَوْرَثْنَا الْكِتابَ الَّذِينَ اصْطَفَيْنا مِنْ عِبادِنا فَمِنْهُمْ ظالِمٌ لِنَفْسِهِ وَ مِنْهُمْ مُقْتَصِدٌ وَ مِنْهُمْ سابِقٌ بِالْخَيْراتِ بِإِذْنِ اللَّهِ ذلِكَ هُوَ الْفَضْلُ الْكَبِيرُ «سپس این کتاب آسمانی را به گروهی از بندگان برگزیده خود به میراث دادیم، (اما) از میان آنها عده‌ای بر خود ستم کردند، و عده‌ای میانه‌رو بودند، و عده‌ای به اذن خدا در نیکیها از همه (پیشی) گرفتند و این فضیلتی بزرگ است.» «۱»

ابن کثیر در تفسیر این آیه می‌گوید: «ظالم به نفس، یعنی کسی که در انجام برخی از واجبات کوتاهی می‌کند و مرتکب برخی از محرّمات می‌شود و مقتصد، کسی است که واجبات را انجام می‌دهد و محرمات را ترک می‌گوید؛ اما گاهی هم برخی از اعمال مستحب را انجام نمی‌دهد و یا مرتکب برخی از مکروهات می‌شود و پیشتاز در امور خیر کسی است که واجبات و مستحبات را انجام می‌دهد و محرمات و مکروهات و حتی برخی از اعمال مباح را ترک می‌کند.» «۲»

و قرطبی در این مورد چنین می‌گوید: «ظالم به نفس، یعنی کسی که مرتکب گناهان صغیره می‌شود. و مقتصد، یعنی کسی که کارهای دنیا و آخرت را در حدّ لازم انجام می‌دهد. و پیشتازان خیر، کسانی هستند که از همه مردم جلوترند.» «۳»

در تفسیر جلالین آمده است که ظالم به نفس، یعنی کسی که در عمل کوتاهی می‌کند.

و مقتصد، یعنی کسی که در اغلب اوقات وظیفه‌اش را انجام می‌دهد. و «سابِقٌ بِالْخَيْراتِ» تعلیم و ارشاد را نیز ضمیمه عملش می‌کند. «۴»

---

(۱)- فاطر: ۳۲.

(۲)- تفسیر ابن کثیر، ج ۳، ص ۵۵۴، ۵۵۵.

(۳)- تفسیر قرطبی، ج ۴، ص ۳۴۶. قرطبی همچنین می‌گوید: این آیه نظیر آیه: «وَ كُنْتُمْ أَزْواجاً ثَلاثَةً» در سوره واقعه است ... ظالمان به نفس در این جا، همان اصحاب مشأمة و مقتصدان، اصحاب میمنة و پیشتازان خیر همان «سابقون» هستند.

(۴)- تفسیر جلالین، ص ۳۶۷.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۳۶

۲- کافران:

اشاره

قرآن در آیات زیادی به کافران اشاره می‌کند و پاره‌ای از خصوصیات ویژه و اصلی برای آنها نام می‌برد. این خصوصیات را می‌توان به صورت زیر خلاصه کرد:

۲- ۱ خصوصیات عقیدتی

عدم ایمان به یگانگی خدا، پیامبران، روز قیامت و رستاخیز و حساب.

۲- ۲ خصوصیات عبادی

بجز خدا چیزهایی را می‌پرستند که نه سودی برای آنان دارد و نه زیانی.

۲– ۳ خصوصیات مربوط به روابط خانوادگی

ظلم: کافران، در رفتارشان با مؤمنان متجاوز هستند، آنها را مورد تمسخر قرار می‌دهند و به حقوقشان تجاوز می‌کنند و نیز امر به منکر و نهی از معروف می‌نمایند.

۲– ۴ خصوصیات مربوط به روابط اجتماعی

قطع رابطه با خویشاوندان.

۲– ۵ خصوصیات اخلاقی

پیمان‌شکنی، فسق و فجور و پیروی از هوای نفس و شهوات، غرور و تکبّر.

۲– ۶ خصوصیات انفعالی و عاطفی

نفرت و کینه نسبت به مؤمنان، حسادتشان به مؤمنان در نعمتهایی که خداوند به آنها عطا فرموده است.

۲– ۷ خصوصیات عقلانی و شناختی

جمود فکری و ناتوانی در ادراک و تعقل، مهر زدگی بر دلهای آنها، تقلید کورکورانه از عقاید و سنتهای پدران و فریب دادن خود. تصویری که قرآن از شخصیت کافران ترسیم می‌کند این است که آنها به توحید، پیامبران، کتب آسمانی، روز قیامت و رستاخیز و حساب و بهشت و دوزخ ایمان ندارند.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۳۷

آنها به تقلید از پدران خود به پرستش بتهایی می‌پردازند که نه نفعی دارند و نه ضرری، نه می‌شنوند، نه سخن می‌گویند و نه تعقل می‌کنند. آنها دچار جمود فکری‌اند و از ادراک حقیقت توحید که اسلام مردم را به آن فرامی‌خواند، عاجز هستند. به همین دلیل قرآن آنها را این گونه توصیف می‌کند:

خَتَمَ اللَّهُ عَلی قُلُوبِهِمْ وَ عَلی سَمْعِهِمْ وَ عَلی أَبْصارِهِمْ غِشاوَةٌ وَ لَهُمْ عَذابٌ عَظِیمٌ «خدا بر دلها و گوشهای آنان مهر زده و بر چشمهای آنها پرده افکنده شده ...» «۱»

آنها به مؤمنان به خاطر نعمتهایی که خداوند به آنها عطا فرموده است حسد می‌ورزند، و آنها را مورد نفرت و کینه و نیز تمسخر و آزار قرار می‌دهند و برای ایجاد مانع در راه پیشرفت اسلام پول خرج می‌کنند و در خصوص نفرت و ایذای مؤمنان، حتی پیوندهای خویشاوندی و قرابت را مراعات نمی‌کنند. آنها پیمان شکن، مغرور و مستکبر، و نیز انسانهای مادی و سودجویی هستند که تنها به متاع و لذتهای دنیا می‌اندیشند از این رو، زندگی‌شان با فسق و فجور همراه است و در ارضای هوای نفس و شهوترانی غوطه‌ورند.

قبلاـ درباره مؤمنان دیدیم که ایمان به توحید و روز رستاخیز و حساب، از خصوصیات اصلی شخصیت مؤمنان است که در تمام خصوصیات دیگر تأثیری بسزا برجای می‌نهد. ایمان به مقوله‌های فوق در واقع نیروی محرکه و راهنمای مؤمنان در روند مشخصی از رفتار است که آنها را از دیگران جدا می‌سازد اما ایمان نداشتن کافران به توحید و روز قیامت سبب می‌شود که آنها این نیروی تنظیم کننده و هماهنگ کننده خصوصیات شخصیّتی دیگر را از دست بدهند، نیرویی که خصوصیات شخصیت را به سوی هدفی

مشخص و روشن- که همان عبادت خدا و در نظر داشتن رضایت او در کلیه اعمالی که به امید مغفرت و رضایت پروردگار به طمع دریافت پاداش دنیوی و اخروی

---

(۱)- بقره: ۷.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۳۸

توسط انسان انجام می‌گیرد- راهنمایی می‌کند. فقدان این هدف انگیزاننده و راهنمای رفتار، توازن را از شخصیت کافران سلب، و به مسیر ارضای شهوات و لذات جسمانی و دنیوی منحرف می‌کرد، چنان که توازن انفعالی آنان را طوری به هم می‌زند که از مسلمانان، متنفر و به آنان کینه و حسد می‌ورزیدند و رفتاری تجاوزگرانه با آنها در پیش می‌گرفتند و موجبات آزار ایشان را فراهم می‌آوردند. همین عدم تعادل در شخصیت کفّار، باعث جمود فکری و عدم آمادگی آنان برای پذیرش دعوت الهی، یعنی توحید و درك و جذب آن بود.

۳- منافقان:

اشاره

منافقان، مردمی بودند با شخصیتی ضعیف و متزلزل که نمی‌توانستند موضع آشکاری در برابر ایمان اتخاذ کنند. قرآن خصوصیات مشخص کننده آنها را یادآور شده و آنها را به شدیدترین عذاب تهدید کرده است.

إِنَّ الْمُنافِقِينَ فِي الدَّرْكِ الْأَسْفَلِ مِنَ النَّارِ وَ لَنْ تَجِدَ لَهُمْ نَصِيراً « (زیرا) منافقان در پایین‌ترین مرحله دوزخ قرار دارند و هرگز یاوری برای آنها نخواهی یافت (بنابراین از طرح دوستی با دشمنان خدا که نشانه نفاق است بپرهیزید).» «۱»

مهمترین خصوصیات منافقان را- که در قرآن آمده است- می‌توان به شرح زیر خلاصه کرد:

۳- ۱ خصوصیات عقیدتی

عدم اتخاذ موضعی مشخص در برابر توحید، اظهار ایمان در میان مسلمانان و اظهار شرك در میان مشرکان.

---

(۱)- نساء: ۱۴۵.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۳۹

۳- ۲ خصوصیات عبادی

عبادات را از روی ریا و بدون اعتقاد انجام می‌دهند و با تنبلی و بی‌حالی به نماز می‌ایستند.

۳- ۳ خصوصیات مربوط به روابط اجتماعی

امر به منکر و نهی از معروف می‌کنند و در میان مسلمانان از طریق پخش شایعات، فتنه برمی‌انگیزند. تمایل به فریب مردم دارند و برای تحت تأثیر قرار دادن شنوندگان، خوب حرف می‌زنند، و نیز برای باوراندن سخنان خود بسیار سوگند می‌خورند و از نظر ظاهر

و قیافه و لباس، در میان مردم، آراسته‌اند تا جلب توجه کنند و در نتیجه آنها را تحت تأثیر قرار دهند.

۳- ۴ خصوصیات اخلاقی

عدم اعتماد به نفس، پیمان شکنی، ریا، ترس، دروغ، بخل، سودجویی، فرصت طلبی و پیروی از هوای نفس، از خصوصیات اخلاقی آنها است.

۳- ۵ خصوصیات انفعالی و عاطفی

ترس: منافقان، هم از مؤمنان و هم از مشرکان، و همچنین از مرگ هراس دارند و همین باعث تخلف آنها از رفتن به جنگ همراه دیگر مسلمانان می‌شود. از مسلمانان نفرت دارند و به آنان کینه می‌ورزند.

۳- ۶ خصوصیات عقلانی و شناختی

تردید و شک و عدم توانایی در قضاوت، تصمیم‌گیری و تفکر درست. به همین دلیل قرآن، منافقان را به عنوان کسانی که بر دلهایشان مهر نهاده شده، توصیف کرده است.

منافقان با توجیه کارهای خود می‌کوشند از خود دفاع کنند.

این خصوصیات متعدد که قرآن، منافقان را بدانها توصیف می‌کند، تصویر روشنی را از شخصیت منافق ارائه می‌دهد. اصولاً خصوصیّت اصلی شخصیت منافق همان تردید در انتخاب ایمان و کفر، و ناتوانی در اتخاذ موضعی روشن و صریح در برابر توحید است.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۴۰

این خصیصه شاید منبعث از ترسو بودن و عدم اعتماد به نفس منافق باشد، چرا که او، هم از مؤمنان و هم از مشرکان می‌ترسد. بنابراین، موضعی بینابین اتخاذ می‌کند و نمی‌تواند حکمی آشکار و صریح نسبت به گروهی که واقعا به آن گرایش دارد، صادر کند. اتخاذ چنین موضعی، منافق را به دروغ، ریا، فریب‌کاری و پنهان کردن احساس واقعی خود، که همان نفرت و کینه و حسد نسبت به مسلمانان است، وا می‌دارد و این عمل به نوبه خود باعث می‌شود که او به طور پنهانی و با استفاده از سلاح شایعه پراکنی، علیه مسلمانان فتنه انگیزی کند.

منافق اصولاً سودجو و فرصت طلب است. اگر به مسلمان خیری برسد خود را با آنان هماهنگ می‌کند تا در منافع آنها شریک شود و با مشرکان نیز همین رفتار را در پیش می‌گیرد. او انسانی ترسو است و وقتی به همکاری در جنگ فرا خوانده می‌شود ترس بر او غلبه می‌کند و به بهانه‌های گوناگون از رفتن به جنگ سرباز می‌زند. منافق همواره در فریب دادن مردم می‌کوشد و سعی می‌کند با سخنان شیوا و آراستگی ظاهری، آنان را تحت تأثیر قرار دهد. او در ژرفای نفس خود احساس ناتوانی می‌کند، از این رو سعی دارد با توجیه کارهایش، از خود دفاع کند.

تصویری که قرآن از شخصیت منافق ترسیم می‌کند تصویر دقیق و زنده‌ای است که دقیقا بر نوع خاصی از مردم، که در کلیه جوامع بشری وجود دارند، منطبق می‌باشد و ما از طریق همین خصوصیات ویژه، می‌توانیم بوضوح و بدون ابهام منافقان را شناسایی کنیم.

و- قرآن و مکانیسمهای دفاعی عقل

اشاره

مکانیسمهای عقلی، عبارت از یک سلسله رفتارهای دفاعی است که انسان برای حفظ خود از احساس نگرانی و اضطراب، که در صورت شناخته شدن انگیزه‌های واقعی مستتر در نفس، به او دست می‌دهد، به آنها پناه می‌برد، یعنی می کوشد این گونه انگیزه‌ها را با توسل به مکانیسمهای عقلی مخفی کند.

ویژگی شخصیت منافقان، همان‌طور که قبلا بیان کردیم شک و تردید، عدم اعتماد به نفس و ترس از افشای هویت واقعی آنها بود. آنان می‌ترسیدند که توسط مسلمانان

شناخته شوند و مورد هجوم آنها قرار گیرند. وجود چنین ماهیتی در شخصیت منافقان، آنان را وامی‌داشت که به یک سری حیله‌های عقلی به عنوان مکانیسم دفاعی پناه ببرند.

قرآن، به سه نوع مکانیسم رفتاری عقل که منافقان به کار می‌برند اشاره کرده است:

فرافکنی، دلیل تراشی یا توجیه، و واکنش سازی.

۱- فرافکنی

فرافکنی نوعی حیله عقلی است که فرد با نسبت دادن حالتهای نفسانی و انگیزه‌ها و عیوب و اشتباهات خود به دیگران از آن استفاده می کند، یعنی او این مقوله‌ها را به جای خود در دیگران احساس می کند، مثلا کسی که در درون خود نسبت به کسی دشمنی دارد، این دشمنی را به او نسبت می‌دهد و چنین احساس می کند که این آن فرد است که با او رفتاری خصمانه دارد. و یا منافقان نسبت به مسلمانان به طور پنهانی دشمنی داشتند و کینه و نفرت خود را پنهان می کردند، اما این احساس دشمنی را به مسلمانان نسبت می‌دادند و گمان می کردند که مسلمانان قصد نابودی آنان را دارند. قرآن، آن جا که منافقان را وصف می کند این مطلب را به گویاترین شکل ترسیم کرده است، می‌فرماید آنها هر صدایی را که از مسلمانان می‌شنوند بر ضد خود می‌پندارند:

وَ إِذا رَأَيْتَهُمْ تُعْجِبُكَ أَجْسامُهُمْ وَ إِنْ يَقُولُوا تَسْمَعْ لِقَوْلِهِمْ كَأَنَّهُمْ خُشُبٌ مُسَنَّدَةٌ يَحْسَبُونَ كُلَّ صَيْحَةٍ عَلَيْهِمْ هُمُ الْعَدُوُّ فَاحْذَرْهُمْ قاتَلَهُمُ اللَّهُ أَنَّى يُؤْفَكُونَ «ای رسول، تو چون (از برون) کالبد جسمانی آن منافقان را مشاهده کنی (به آراستگی ظاهر) تو را به شگفت آرند و اگر سخن گویند (بس خوش گفتار و چرب زبانند) به سخنهایشان گوش فرا خواهی داد (ولی از درون) گویی که چوبی خشک بر دیوارند و هر صدایی بشنوند بر زیان خویش پندارند، ای رسول (بدان که) دشمنان (خدا) به حقیقت اینان هستند از آنان برحذر باش، خدایشان بکشد، چقدر از حق باز می گردند.» «۱»

---

(۱)- منافقون: ۴.

منافقان هر صدایی را که می‌شنوند بر ضد خود می‌پندارند و گمان می کنند که مسلمانان قصد حمله به آنان را دارند و این ناشی از احساس دشمنی آنها نسبت به مسلمانان است که آن را به مسلمانان نسبت می‌دهند. ملاحظه می‌فرمایید که پس از عبارت «هر صدایی را علیه خود می‌پندارند» آیه مستقیما می‌فرماید: «آنها دشمنند، از ایشان دوری کن» و این نشان می‌دهد که در حقیقت منافقان با مسلمانان دشمن هستند و این که صداهای شنیده شده را علیه خود احساس می کنند، چیزی جز توهمشان نیست که ناشی از همان خصیصه «فرافکنی» آنها است.

۲- دلیل تراشی

توجیه و دلیل تراشی، نوعی رفتار دفاعی عقل است که انسان می‌کوشد با استفاده از آن، انگیزه‌ها و اعمال ناپسند خود را توجیه کند یعنی تفسیر قابل قبولی از آنها ارائه دهد.

منافقان و نیز کفّار در بسیاری از اوقات به توجیه پناه می‌بردند تا رفتارشان را به نحو قابل قبولی تفسیر کنند. مثلا با این که در روی زمین فساد می‌کردند، می‌گفتند قصدشان اصلاح است و به این ترتیب به توجیه [به اصطلاح] معقول و مقبولی از کارهای خود دست می‌زدند. قرآن دلیل تراشی منافقان را چنین توصیف می‌کند:

وَ إِذا قِیلَ لَهُمْ لا تُفْسِدُوا فِی الْأَرْضِ قالُوا إِنَّما نَحْنُ مُصْلِحُونَ أَلا إِنَّهُمْ هُمُ الْمُفْسِدُونَ وَ لکِنْ لا یَشْعُرُونَ «و هنگامی که به آنها گفته شود در زمین فساد نکنید، می‌گویند ما فقط اصلاح کننده‌ایم. آگاه باشید اینها همان مفسدانند ولی نمی‌فهمند.» «۱»

وَ إِذا قِیلَ لَهُمْ تَعالَوْا إِلی ما أَنْزَلَ اللَّهُ وَ إِلَی الرَّسُولِ رَأَیْتَ الْمُنافِقِینَ یَصُدُّونَ عَنْکَ

(۱)- بقره: ۱۱، ۱۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۴۳

صُدُوداً فَکَیْفَ إِذا أَصابَتْهُمْ مُصِیبَةٌ بِما قَدَّمَتْ أَیْدِیهِمْ ثُمَّ جاؤُکَ یَحْلِفُونَ بِاللَّهِ إِنْ أَرَدْنا إِلَّا إِحْساناً وَ تَوْفِیقاً أُولئِکَ الَّذِینَ یَعْلَمُ اللَّهُ ما فِی قُلُوبِهِمْ فَأَعْرِضْ عَنْهُمْ وَ عِظْهُمْ وَ قُلْ لَهُمْ فِی أَنْفُسِهِمْ قَوْلًا بَلِیغاً «و هنگامی که به آنها گفته شود به سوی آنچه نازل کرده و به سوی پیامبر بیایید، منافقان را می‌بینی که از قبول دعوت تو اعراض می‌کنند. پس چگونه موقعی که بر اثر اعمالشان گرفتار مصیبتی می‌شوند به سراغ تو می‌آیند و سوگند یاد می‌کنند که منظور ما (از بردن داوری به نزد دیگران) جز نیکی کردن و توافق (میان طرفین نزاع) نبوده است. آنها کسانی هستند که خدا آنچه را در دل دارند می‌داند، از (مجازات) آنها صرف‌نظر کن و آنها را اندرز بده و با بیانی رسا نتایج اعمالشان را به آنها گوشزد نما.» «۱»

حیله‌های عقلی، رفتاریهایی هستند که انسان به طور ناخودآگاه، به آنها دست می‌زند.

زیرا وقتی انسان احساس دشمنی خویش را به دیگری نسبت می‌دهد، در واقع اعتقاد دارد که شخص مزبور پنهانی با او دشمن است و بدون این که خود اطلاع داشته باشد به عمل فرافکنی دست زده است. همچنین فرد وقتی به توجیه کارهایش می‌پردازد خود نمی‌داند که مشغول دلیل تراشی است، بلکه بر عکس عملا اعتقاد دارد که کارهای زشتش، مفید و خوب و یا حداقل قصد وی خیر و اصلاح است. قرآن در آیه فوق به جنبه ناخودآگاهانه حیله‌های عقلی با جمله «أَلا إِنَّهُمْ هُمُ الْمُفْسِدُونَ وَ لکِنْ لا یَشْعُرُونَ» اشاره می‌کند. این سخن «آنها احساس نمی‌کنند» اشاره به عدم آگاهی آنان از این مطلب است که کارهایشان جنبه فساد دارد، نه اصلاح.

۳- واکنش سازی

واکنش سازی، نوعی رفتار دفاعی عقل است که فرد در جریان آن رفتاری در پیش

(۱)- نساء: ۶۱- ۶۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۴۴

می‌گیرد که دقیقا متضاد رفتاری است که قصد پنهان کردن آن را دارد. مثلا انسان گاهی در برخورد با فرد معینی، با احترام زیاد تعارف و ادب- به عنوان وسیله‌ای دفاعی که نفرت و احساس خصمانه خود را به این وسیله از او پنهان سازد- رفتار می‌کند. منافقان نیز به این حیله دفاعی عقل، برای پنهان کردن احساس نفرت و دشمنی خود نسبت به مسلمانان، متوسّل می‌شدند و به همین دلیل،

هنگام سخن گفتن با آنها خوب حرف می‌زدند و با پوشاندن نفرت و دشمنی خود، به مسلمانان اظهار محبت می‌کردند و کارهایشان را مورد تحسین و تقدیر قرار می‌دادند.

وَ مِنَ النَّاسِ مَنْ يُعْجِبُكَ قَوْلُهُ فِي الْحَياةِ الدُّنْيا وَ يُشْهِدُ اللَّهَ عَلى ما فِي قَلْبِهِ وَ هُوَ أَلَدُّ الْخِصامِ وَ إِذا تَوَلَّى سَعى فِي الْأَرْضِ لِيُفْسِدَ فِيها وَ يُهْلِكَ الْحَرْثَ وَ النَّسْلَ وَ اللَّهُ لا يُحِبُّ الْفَسادَ «و بعضی از مردم کسانی هستند که گفتار آنها در زندگی دنیا مایه اعجاب تو می‌شود و خداوند بر آنچه در دل (پنهان می‌دارند) گواه است (در حالی که) آنان سرسخت‌ترین دشمنانند (نشانه آن این است که) هنگامی که روی برمی‌گردانند (و از نزد تو خارج می‌شوند) کوشش در راه فساد در زمین می‌کنند و زراعتها و چهارپایان را نابود می‌سازند (با این که می‌دانند) خدا فساد را دوست نمی‌دارد.» «۱»

وَ إِذا رَأَيْتَهُمْ تُعْجِبُكَ أَجْسامُهُمْ وَ إِنْ يَقُولُوا تَسْمَعْ لِقَوْلِهِمْ ...

«ای رسول، تو چون (از برون) کالبد جسمانی آن منافقان را مشاهده کنی (به آراستگی ظاهر) تو را به شگفت آرند و اگر سخن گویند (بس خوش گفتار و چرب زبانند) به سخنهاشان گوش فرا خواهی داد ...» «۲»

---

(۱)- بقره: ۲۰۴، ۲۰۵. این آیه درباره «اخنس بن شریق» است. او منافقی شیرین سخن با پیامبر صلّی اللّه علیه و آله بود، سوگند یاد می‌کرد که به پیامبر ایمان دارد و دوست پیامبر است و به این ترتیب به آن حضرت نزدیک می‌شد، اما خداوند او را تکذیب کرد ... تفسیر جلالین، ص ۲۸.

(۲)- منافقون: ۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۴۵

به این ترتیب می‌بینیم که قرآن در توصیف رفتار منافقان عصر پیامبر صلّی اللّه علیه و آله به برخی از مکانیسمهای دفاعی عقل که آنها به کار می‌برده‌اند، اشاره کرده است و این درست چهارده قرن پیش از زمانی است که زیگموند فروید موفق به کشف این حیله‌های عقلانی در رفتار بیمارانی شود که به درمان آنها می‌پرداخت.

ز- تفاوتهای فردی در قرآن

مردم از لحاظ استعداد و تواناییهای جسمانی و روانی و عقلانی تفاوتهای زیاد با یکدیگر دارند که منشأ آنها به تأثیر و تأثر عوامل وراثتی و محیطی برمی‌گردد. قرآن در موردهای زیادی به تفاوتهای موجود در مردم اشاره کرده است.

وَ هُوَ الَّذِي جَعَلَكُمْ خَلائِفَ الْأَرْضِ وَ رَفَعَ بَعْضَكُمْ فَوْقَ بَعْضٍ دَرَجاتٍ لِيَبْلُوَكُمْ فِي ما آتاكُمْ ...

«و او کسی است که شما را جانشینان (و نمایندگان خود) در زمین قرار داد و بعضی را بر بعضی دیگر، برتری داد تا شما را در آنچه در اختیارتان قرار داده، بیازماید ...» «۱»

أَ هُمْ يَقْسِمُونَ رَحْمَتَ رَبِّكَ نَحْنُ قَسَمْنا بَيْنَهُمْ مَعِيشَتَهُمْ فِي الْحَياةِ الدُّنْيا وَ رَفَعْنا بَعْضَهُمْ فَوْقَ بَعْضٍ دَرَجاتٍ لِيَتَّخِذَ بَعْضُهُمْ بَعْضاً سُخْرِيًّا ...

«آیا آنها رحمت پروردگارت را تقسیم می‌کنند؟ ما معیشت آنها را در حیات دنیا، در میان آنان تقسیم کردیم و بعضی را بر بعضی برتری دادیم تا یکدیگر را تسخیر و با هم تعاون کنند ...» «۲»

---

(۱)- انعام: ۱۶۵.

(۲)- زخرف: ۳۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۴۶

وَ مِنْ آیاتِهِ خَلْقُ السَّماواتِ وَ الْأَرْضِ وَ اخْتِلافُ أَلْسِنَتِکُمْ وَ أَلْوانِکُمْ إِنَّ فِی ذلِکَ لَآیاتٍ لِلْعالِمِینَ «و از آیات او، آفرینش آسمانها و زمین و تفاوت زبانها و رنگهای شماست، در این نشانه‌هایی است برای عالمان.» «۱»

انْظُرْ کَیْفَ فَضَّلْنا بَعْضَهُمْ عَلی بَعْضٍ ...

«ببین چگونه بعضی را (در دنیا به خاطر تلاششان) بر بعضی دیگر برتری بخشیده‌ایم ...» «۲»

وَ مِنَ النَّاسِ وَ الدَّوَابِّ وَ الْأَنْعامِ مُخْتَلِفٌ أَلْوانُهُ، کَذلِکَ ...

«و از انسانها و جنبندگان و چهارپایان انواعی با الوان مختلف، (آری) حقیقت چنین است ...» «۳»

در این آیات به وجود تفاوتهای فردی در مردم، اشارات واضحی وجود دارد. آیات فوق، گویای این مسأله است که تفاوتهای فردی، ناشی از عوامل وراثتی و محیطی هستند. این قسمت از سخن خداوند که می‌فرماید: «برخی از شما را بر بعضی دیگر، درجاتی برتری داد» شامل همه انواع تفاوتهای فردی، اعم از ارثی، اکتسابی، جسمانی، روانی و عقلانی و همچنین تفاوت در داشتن ثروت و مایملک و نفوذ اجتماعی می‌شود.

و آن قسمت از سخن خداوند که می‌فرماید: «تا یکدیگر را تسخیر و با هم تعاون کنند»، در واقع به تفاوت مردم از نظر ثروت و علم و شغل اشاره می‌کند. مثلا فقیر برای دریافت

---

(۱)- روم: ۲۲.

(۲)- اسراء: ۲۱.

(۳)- فاطر: ۲۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۴۷

مزد، برای ثروتمند کار می‌کند و نیز برخی از صاحبان حرف و مشاغل خاص، برای دریافت مزد، در خدمت دیگران به کار اشتغال دارند و به این ترتیب، همکاری و تعاون و تقسیم کار در میان آحاد جامعه برقرار می‌شود که به نوبه خود باعث رفع نیازمندیهای مردم و فراهم آمدن کلیه خدمات لازم برای ادامه زندگی است. و این سخن خداوند متعال، که اختلاف زبان و رنگ مردم یکی از آیات الهی است، به تأثیر هر یک از عوامل وراثتی و محیطی در تفاوتهای فردی اشاره دارد. بدیهی است که اختلاف رنگ، مربوط به عوامل ارثی و اختلاف زبان و گویش، ناشی از عوامل محیطی و اجتماعی و فرهنگی است.

همچنین، مردم از نظر علم و حکمت با هم تفاوتهایی دارند و این شامل تفاوتهایی در تواناییهای عقلانی و هوشی آنها می‌شود. این موضوع از مضمون آیات قبل فهمیده می‌شود، و در آیه زیر هم به طور صریح و قابل فهمی بدان اشاره شده است:

... نَرْفَعُ دَرَجاتٍ مَنْ نَشاءُ وَ فَوْقَ کُلِّ ذِی عِلْمٍ عَلِیمٌ «... ما که خدای جهانیم هر کس را بخواهیم به مراتب بلند می‌رسانیم (تا مردم بدانند) فوق هر دانشمندی، دانشمندتری وجود دارد (تا به خدا منتهی شود و تنها خدا در همه اوصاف و کمالات فوق همه موجودات است).» «۱»

ابن کثیر در تفسیر این آیه می‌گوید: «حسن بصری چنین می‌گوید: هیچ دانشمندی وجود ندارد مگر این که بالاتر از او دانشمندی است و این سلسله همچنان ادامه دارد تا به خداوند منتهی شود. از سعید بن جبیر منقول است که گفت: نزد ابن عباس بودیم، او سخن جالبی گفت، مردی از این سخن متعجب شد و گفت: الحمد للّه، دست بالای دست بسیار است. ابن عباس گفت: خطا گفتی، خداوند، بالاتر از تمام عالمان است، گاهی فردی از دیگری عالمتر و این یکی از آن یکی عالمتر است، اما خداوند از همه عالمان برتر است.» «۲»

(۱)- یوسف: ۷۶.

(۲)- مختصر تفسیر ابن کثیر، ج ۲، ص ۲۵۷، ۲۵۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۴۸

از آن جا که مردم از نظر استعدادها، تواناییها، شرایط اجتماعی و فرهنگی و مهارتهای شخصی با هم فرق دارند، طبیعهٔ وجود تفاوتهای فردی، در رفتارهایشان قابل انتظار خواهد بود.

قُلْ کُلٌّ یَعْمَلُ عَلی شاکِلَتِهِ ...

«بگو هر کس بر طبق روش (و خلق و خوی) خود عمل می‌کند ...» «۱»

تفاوت مردم در استعداد و تواناییهای جسمانی و عقلانی، طبیعهٔ منجر به تفاوت در کار و کسب و تحصیل علم و حق طلبی و عدالت خواهی آنان می‌شود که نتیجه آن تفاوت وظایف و مسؤولیتهای آنها خواهد بود.

لا یُکَلِّفُ اللَّهُ نَفْساً إِلَّا وُسْعَها لَها ما کَسَبَتْ وَ عَلَیْها مَا اکْتَسَبَتْ ...

«خداوند هیچ کس را جز به اندازه توانایی‌اش تکلیف نمی‌کند (به همین جهت انسان) هر کار (نیکی) انجام دهد برای خود انجام می‌دهد و هر کار (بدی) کند به زیان خود کرده است ...» «۲»

وَ لا نُکَلِّفُ نَفْساً إِلَّا وُسْعَها وَ لَدَیْنا کِتابٌ یَنْطِقُ بِالْحَقِّ وَ هُمْ لا یُظْلَمُونَ «و ما هیچ کس را جز به اندازه توانایی‌اش تکلیف نمی‌کنیم و نزد ما کتابی است (که تمام اعمال بندگان را ثبت می‌کند) و به حق سخن می‌گوید، لذا به آنان هیچ ظلم و ستمی نمی‌شود.» «۳»

(۱)- اسراء: ۸۴. ر ک به: تفسیر ابن کثیر و تفسیر جلالین.

(۲)- بقره: ۲۸۶.

(۳)- مؤمنون: ۶۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۴۹

... لا یُکَلِّفُ اللَّهُ نَفْساً إِلَّا ما آتاها ...

«... خدا هیچ کس را جز آنچه توانایی داده است تکلیف نمی‌کند ...» «۱»

بدیهی است که اشاره قرآن به وجود تفاوتهای فردی و این که وظیفه فرد، تنها انجام اعمالی است که توانایی و امکان آن را دارد، ایده اصلی موضوعی است که روان‌شناسی جدید به آن رسیده است و آن توجه به ملاک تفاوتهای فردی در استعدادها و تواناییهای انسان برای تنظیم مسائل آموزشی است به نحوی که هر فرد به نوع آموزشی که متناسب با استعداد و توانایی‌اش می‌باشد، راهنمایی و ارشاد می‌شود و اصولا هدف ارشادهای آموزشی در تعلیم و تربیت جدید نیز همین است. روان‌شناسان جدید همچنین از ملاک تفاوتهای فردی برای بهبود بخشیدن به انتخابهای حرفه‌ای و شغلی نیز استفاده می‌کنند، به طوری که با انجام این عمل، گماردن هر فرد به شغلی متناسب با استعداد و توانایی‌اش، امکان پذیر خواهد بود.

در احادیث نبوی به تأثیر عوامل وراثتی در تفاوتهای فردی اشاره شده است، آن جا که می‌فرماید: «تزوّجوا فی الحجر «۲» الصّالح فانّ العرق دسّاس» یعنی: «از خانواده صالح زن بگیرید، چرا که نسب (در اولاد) بسیار مؤثر است» و نیز می‌فرماید: «تخیّروا لنطفکم فإنّ النّساء یلدن أشباه أخوالهنّ و أخواتهنّ» «۳» یعنی: برای نطفه‌های خود انتخاب کنید (زنان شایسته را) چون زنان، فرزندانی شبیه دایی و خواهران خود می‌زایند. همچنین، در احادیث نبوی به تأثیر عوامل محیطی نیز اشاره شده است. می‌فرماید: «ما من مولود الّا و هو یولد علی الفطرهٔ فابواه یهوّدانه او ینصّرانه او یمجّسانه» «۴» یعنی: هیچ مولودی جز بر فطرت زاده نمی‌شود و این والدین هستند که

او را یهودی یا نصرانی یا مجوسی می کنند.

---

(۱)- طلاق: ۷.

(۲)- حجر صالح یعنی خانواده (دامن) صالح.

(۳)- به نقل از: الطفولة فی الاسلام، ابراهیم دسوقی مرعی، قاهره: دار الاعتصام، ۱۹۷۹، ص ۲۰.

(۴)- مأخذ پیشین، ص ۳۹، ۴۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۵۰

ح- قرآن و مسأله رشد انسان

اشاره

روان‌شناسی، به بررسی مراحل مختلف رشد کودک و خصیصه‌های عمومی که آنها را از هم جدا می کند و نیز عوامل مختلف مؤثر در آنها توجه دارد و این البته باعث شناخت بیشتر ما از شخصیت کودک و در نتیجه کسب توانایی بیشتر برای راهنمایی و تربیت او می‌شود. روان‌شناسی، نه تنها مراحل رشد کودک را از لحظه تولد مورد توجه قرار می‌دهد، بلکه حتی مراحل قبل از تولد و دوران جنینی و عوامل مختلف وراثتی و محیطی را که احتمالا در تشکیل جنین و رشد او مؤثر هستند، نیز از نظر دور نمی‌دارد.

البته روان‌شناسی در بررسی مرحله رشد پیش از تولد، از نتایج تحقیقات علم «جنین شناسی» استفاده زیادی کرده است.

۱- رشد قبل از تولد

قرآن کریم با روشی معجزه آسا از نظر ایجاز و دلالت، به مراحل رشد جنین از آغاز بارداری تا تولد اشاره فرموده است. به آیات زیر توجه کنید:

وَ لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسانَ مِنْ سُلالَةٍ مِنْ طِينٍ ثُمَّ جَعَلْناهُ نُطْفَةً فِي قَرارٍ مَكِينٍ ثُمَّ خَلَقْنَا النُّطْفَةَ عَلَقَةً فَخَلَقْنَا الْعَلَقَةَ مُضْغَةً فَخَلَقْنَا الْمُضْغَةَ عِظاماً فَكَسَوْنَا الْعِظامَ لَحْماً ثُمَّ أَنْشَأْناهُ خَلْقاً آخَرَ فَتَبارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخالِقِينَ «ما انسان را از عصاره‌ای از گل آفریدیم. سپس آن را نطفه‌ای در قرارگاه مطمئن (رحم) قرار دادیم. سپس نطفه را به صورت علقه (خون بسته) و علقه را به صورت مضغه (چیزی شبیه گوشت جویده) و مضغه را به صورت استخوانهایی درآوردیم، و سپس بر استخوانها گوشت پوشانیدیم (و پیکری کامل کردیم) پس از آن (به دمیدن روح پاک مجرد) خلقتی دیگر انشاء نمودیم، آفرین بر قدرت کامل بهترین آفریننده.» «۱»

---

(۱)- مؤمنون: ۱۲- ۱۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۵۱

يا أَيُّهَا النَّاسُ إِنْ كُنْتُمْ فِي رَيْبٍ مِنَ الْبَعْثِ فَإِنَّا خَلَقْناكُمْ مِنْ تُرابٍ ثُمَّ مِنْ نُطْفَةٍ ثُمَّ مِنْ عَلَقَةٍ ثُمَّ مِنْ مُضْغَةٍ مُخَلَّقَةٍ وَ غَيْرِ مُخَلَّقَةٍ لِنُبَيِّنَ لَكُمْ وَ نُقِرُّ فِي الْأَرْحامِ ما نَشاءُ إِلى أَجَلٍ مُسَمًّى ثُمَّ نُخْرِجُكُمْ طِفْلًا ثُمَّ لِتَبْلُغُوا أَشُدَّكُمْ وَ مِنْكُمْ مَنْ يُتَوَفَّى وَ مِنْكُمْ مَنْ يُرَدُّ إِلى أَرْذَلِ الْعُمُرِ لِكَيْلا يَعْلَمَ مِنْ بَعْدِ عِلْمٍ شَيْئاً ...

«ای مردم اگر در رستاخیز شک دارید (به این نکته توجه کنید که) ما شما را از خاک آفریدیم، سپس از نطفه و بعد از خون بسته شده، سپس از مضغه (چیزی شبیه گوشت جویده) که بعضی دارای شکل و خلقت است و بعضی بدون شکل، هدف این است که

ما برای شما روشن سازیم (که بر هر چیز قادریم) و جنینهایی را که بخواهیم تا مدت معینی در رحم مادران قرار می‌دهیم «۱» (و آنچه را بخواهیم ساقط می‌کنیم) بعد شما را به صورت طفلی بیرون می‌فرستیم، سپس هدف این است که به حد رشد و بلوغ برسید، در این میان بعضی از شما می‌میرند و بعضی آن قدر عمر می‌کنند که به بدترین مرحله زندگی و پیری می‌رسند آن چنان که چیزی از علوم خود را به خاطر نخواهند داشت ...» «۲»

... يَخْلُقُكُمْ فِي بُطُونِ أُمَّهاتِكُمْ خَلْقاً مِنْ بَعْدِ خَلْقٍ فِي ظُلُماتٍ ثَلاثٍ ...

«... شما را در باطن رحم مادران در سه تاریکی (مشیمه و رحم و بطن) با تحولات گوناگون بدین خلقت زیبا بیافرید ...» «۳»

این آیات، به مراحل رشد جنین در رحم از آغاز بارداری اشاره می‌کند، یعنی از همان وقتی که یکی از اسپرمهای پدر، تخمک مادر را بارور می‌کند و به این ترتیب «زیگوت» که

---

(۱)- «وَ نُقِرُّ فِي الْأَرْحامِ ما نَشاءُ» یعنی آن جنینهایی را که ما بخواهیم، در رحمها قرار می‌دهیم تا رشدشان کامل شود و زنده متولد شوند؛ برخی از آنها نیز به کمال رشد نمی‌رسند و سقط می‌گردند.

(۲)- حج: ۵.

(۳)- زمر: ۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۵۲

قرآن به عنوان «نطفه» از آن نام می‌برد، تشکیل می‌شود. سپس تخمک بارور شده از طریق تقسیم بتدریج شروع به تکثیر می‌کند و تعداد سلولهایش افزایش می‌یابد، اما از نظر حجم در طول دو هفته اول تغییری محسوس نمی‌کند. «۱» در این مدت همان چیزی را می‌سازد که قرآن به عنوان «علقه» «۲» از آن نام برده است.

تخمک بارور شده، سپس از تخمدان به رحم می‌رود و به دیواره آن می‌چسبد. در این مرحله غشاهای جنینی بتدریج تشکیل می‌شوند و نیز بند ناف که تخمک بارور شده (جنین) را برای دریافت غذا از خون مادر به جسم مادر متصل می‌کند به وجود می‌آید.

همین جاست که علقه به مضغه تبدیل می‌شود. «۳» از این مرحله به بعد دستگاههای مختلف بدن بتدریج به وجود می‌آیند که قرآن با این تعبیر از آن یاد کرده است: «... مِنْ مُضْغَةٍ مُخَلَّقَةٍ وَ غَيْرِ مُخَلَّقَةٍ «۴». این دوره از زندگی جنین از پایان هفته دوم تا پایان ماه دوم طول می‌کشد. در پایان ماه دوم مرحله‌ای آغاز می‌شود که دانشمندان جنین‌شناس آن را

---

(۱)- استناد ما در شرح مراحل رشد جنین به کتابهای زیر است: الاسس النفسیهٔ للنمو، فؤاد البهی السید، چاپ چهارم، قاهره، دار الفکر العربی، ۱۹۷۵، ص ۹۰- ۱۰۰؛ و دراسات فی سیکولوجیهٔ النمو، حامد عبد العزیز الفقی، کویت، ۱۹۷۷، ص ۴۱- ۶۸.

(۲)- مفسران گذشته معتقد بودند که علقه همان خون بسته است، اما تحقیقات جدید در علم جنین شناسی ثابت کرده است که در «تخمک تازه بارور شده» سلولهای خونی وجود ندارد. وقتی تخمک بارور شده در مرحله‌ای که «علقه» نامیده می‌شود در پایان هفته دوم به رحم انتقال می‌یابد و به دیواره آن می‌چسبد، غشاهای جنینی بتدریج تشکیل می‌شوند که از آن بند ناف کشیده می‌شود و تخمک بارور شده (جنین) را به جسم مادر متصل می‌کند و عمل تغذیه از خون مادر آغاز می‌شود. ر ک به: الاسس النفسیهٔ للنمو، فؤاد البهی السید، ص ۹۱؛ و محمد اسماعیل ابراهیم، القرآن و اعجازه العلمی، ص ۱۰۷.

(۳)- در تفسیر قرطبی آمده است که: مضغه، قطعه گوشت کوچکی است به اندازه لقمه‌ای که انسان می‌جود (مضغ جویدن) و در «المعجم الوسیط» آمده است که: مضغه قطعه‌ای از گوشت یا چیزی دیگر است که جویده می‌شود.

(۴)- فرّاء می گوید: مخلّقه، یعنی آفریده شده کامل و بدون نقص، و غیر مخلّقه، یعنی جنین سقط شده، و ابن اعرابی می گوید: مخلّقه، یعنی خلقتش آغاز شده و غیر مخلّقه یعنی هنوز به صورت و فرم، در نیامده است. و ابن زید می گوید: مخلّقه یعنی جنینی که خداوند، سر و دو دست و دو پایش را خلق کرد. و غیر مخلّقه، یعنی جنینی که هنوز چیزی در او آفریده نشده است (شکل نگرفته است) ... و ابن عباس می گوید: مخلّقه، یعنی روح در او دمیده شده و زنده است و غیر مخلّقه، یعنی جنین سقط شده ... تفسیر قرطبی، ج ۱۱، ص ۶- ۱۳.

قرآن و روانشناسی، ص: ۳۵۳

مرحله «جنین» «۱» می‌نامند تا آن را از مرحله قبل، یعنی مرحله «مضغه» «۲» جدا کنند. مرحله جنینی مرحله رشد سریع است که حجم جنین بسرعت افزایش می‌یابد و اعضای آن به نسبت حجم تغییراتی پیدا می کند. این تغییرات تا رشد کامل جنین در پایان بارداری همچنان ادامه دارد. «۳» در آغاز مرحله «جنینی» سلولهای استخوانی تشکیل می‌شوند و جای سلولهای غضروفی را که در مرحله قبلی رشد (مضغه) وجود داشتند، می گیرند.

وقتی جنین در رحم مادر قرار دارد، دورش را غشایی معروف به «کیسه آمنیونی» «۴» احاطه می کند. این کیسه پر از مایع آمونتیک است. و وظایف مهمی از جمله حفظ جنین را- در برابر تکانهای شدید و تأثیرات جاذبه- به عهده دارد. «۵» قرآن کریم در آیاتی که قبلاـ از سوره مؤمنون نقل کردیم به این موضوع اشاره کرده است: «ثُمَّ جَعَلْناهُ نُطْفَةً فِی قَرارٍ مَکِینٍ» یعنی سپس او را نطفه‌ای در قرارگاهی مطمئن قرار دادیم. و نیز در سوره مرسلات می‌فرماید:

أَ لَمْ نَخْلُقْکُمْ مِنْ ماءٍ مَهِینٍ فَجَعَلْناهُ فِی قَرارٍ مَکِینٍ إِلی قَدَرٍ مَعْلُومٍ فَقَدَرْنا فَنِعْمَ الْقادِرُونَ «آیا ما شما آدمیان را از آب بی‌قدر بدین زیبایی نیافریدیم؟ و آن نطفه را (از صلب پدر) به قرارگاه رحم منتقل ساختیم. تا مدتی معین و معلوم (در رحم بماند). و ما تقدیر مدت رحم (و تعیین سرنوشت او تا ابد) کردیم که نیکو مقدر حکیمی هستیم.» «۶»

---

(۱)- Fetus Stage

(۲)- Embryonic Stage

(۳)- فؤاد البهی السید: الأسس النفسیۀ للنمو، ص ۹۱- ۹۳.

(۴)- Amnion Stage

(۵)- حامد عبد العزیزی الفقی: دراسات فی سیکولوجیۀ النمو، ص ۵۱.

(۶)- مرسلات: ۲۱- ۲۳.

قرآن و روانشناسی، ص: ۳۵۴

مفسران درباره معنای تاریکیهای سه گانه که در سوره زمر آمده است معتقدند که این ظلمات اشاره به تاریکی شکم، تاریکی رحم و تاریکی بچه‌دان (مشیمه) است. «۱»

در یکی از تفسیرهای جدید آمده است که ظلمات سه‌گانه اشاره به تخمدان، لوله فالوپ و رحم است. «۲»

۲- رشد بعد از تولد

نظر به این که کودک ضعیف زاده می‌شود، برای رشد و پرورش، نیاز به کسی دارد که او را تحت سرپرستی و مراقبت قرار دهد. اصولا رشد نوزاد در روزهای اولیه زندگی به سرعت ادامه می‌یابد، اما با افزایش سن، از سرعت رشد کاسته می‌شود و قبل از دوره نوجوانی، زندگی او به حالتی آرام و با ثبات در می‌آید. با شروع دوره نوجوانی تغییرات شدید و سریع عضوی، ارگانیسمی و روانی

پشت سر هم بروز می‌کند، لکن در پایان دوره نوجوانی و آغاز دوره بزرگسالی که در جریان آن، عمل رشد، کامل می‌شود، سرعت این تغییرات رو به کاهش می‌رود و زندگی بار دیگر به مرحله آرامش و استقرار برمی‌گردد.

شخص بزرگسال گرچه از نظر رشد جسمانی و تواناییهای عقلانی به کمال رسیده است، اما تا رسیدن به دوره پیری همچنان به کسب اطلاعات تازه، معارف، حکمت و مهارت ادامه می‌دهد. در دوران پیری، نیروی جسمانی وی رو به اضمحلال می‌رود و تواناییهای عقلانی‌اش ضعیف می‌شود.

قرآن به مراحل رشد که انسان پس از تولد، از آغاز کودکی تا پیری پشت سر می‌گذارد، چنین اشاره کرده است:

هُوَ الَّذِی خَلَقَکُمْ مِنْ تُرابٍ ثُمَّ مِنْ نُطْفَةٍ ثُمَّ مِنْ عَلَقَةٍ ثُمَّ یُخْرِجُکُمْ طِفْلًا ثُمَّ لِتَبْلُغُوا أَشُدَّکُمْ ثُمَّ لِتَکُونُوا شُیُوخاً وَ مِنْکُمْ مَنْ یُتَوَفَّی مِنْ قَبْلُ وَ لِتَبْلُغُوا أَجَلًا مُسَمًّی وَ لَعَلَّکُمْ تَعْقِلُونَ

---

(۱)- تفسیر قرطبی: ج ۱۵، ص ۲۳۵، ۲۳۶.

(۲)- محمد اسماعیل ابراهیم: القرآن و اعجازه العلمی، ص ۱۰۵.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۵۵

«او کسی است که شما را از خاک آفرید سپس از نطفه، بعد از علقه (خون منعقد) سپس شما را به صورت طفلی بیرون می‌فرستد، بعد به مرحله کمال قوت می‌رسید، بعد از آن پیر می‌شوید و (در این میان) گروهی از شما پیش از رسیدن به این مرحله می‌میرند و هدف این است که به سرآمد عمر خود برسید و شاید تعقل کنید.» «۱»

اللَّهُ الَّذِی خَلَقَکُمْ مِنْ ضَعْفٍ ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ ضَعْفٍ قُوَّةً ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ قُوَّةٍ ضَعْفاً وَ شَیْبَةً یَخْلُقُ ما یَشاءُ وَ هُوَ الْعَلِیمُ الْقَدِیرُ «خدا همان کسی است که شما را آفرید در حالی که ضعیف بودید سپس بعد از این ضعف و ناتوانی قوت بخشید و باز بعد از قوت، ضعف و پیری قرار داد، او هر چه بخواهد می‌آفریند و اوست عالم و قادر.» «۲»

در بعضی از افراد کهنسال، در حدود هفتاد سالگی، نوعی اضطراب رفتاری و عقلانی ظاهر می‌شود که ضعف حافظه و عدم توانایی در تمرکز ذهنی و ایجاد پیوند میان گذشته و حال و واقعیت و تخیّل و نیز ناتوانی در صدور احکام عقلانی و فقدان تسلط کافی بر انفعالها و انگیزشها، از مشخصه‌های آن است، در نتیجه رفتار آنها غالبا کودکانه می‌نماید.

به این حالت از اضطراب رفتاری و عقلانی «اختلالات پیری» گفته می‌شود. تحقیقات جدید ثابت کرده است که در بافتهای مغزی انسان در این سنّ نوعی ضعف و انحطاط رخ می‌دهد. یکی از عواملی که به سرعت این ضعف و انحطاط کمک می‌کند، تصلب شرایین است که باعث کاهش اکسیژن در بافتهای عصبی مغز می‌شود و این به نوبه خود توانایی مغز را در انجام وظایفش به حداقل می‌رساند.

اصولاـ همین تفاوتهای فردی در مردم باعث می‌شود که آنها به اندازه هم، تحت تأثیر ضعف و اختلال پیری قرار نگیرند. برخی از کهنسالان تا حد زیادی نیروی عقلانی خود

---

(۱)- غافر (مؤمن): ۶۷.

(۲)- روم: ۵۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۵۶

را حفظ می‌کنند، اما در بعضی این نیرو بسیار ضعیف، و عوارض اختلالت پیری در آنها آشکار می‌شود. ظاهرا برخی از عوامل وراثتی و عوامل مربوط به وضع رگهای خونی و غدّه‌های بسته، در ایجاد «اختلالات پیری» مؤثرند. برخی از تحقیقات، روشن کرده

است که بعضی افراد مسن، از نابودی تعدادی بافتهای مغزی رنج می‌برند، اما قدرتشان را بر تفکر منطقی و صحیح از دست نمی‌دهند. نتیجه این تحقیقات، عده‌ای از روان شناسان را به این موضوع معتقد کرد که ظاهرا پیری بر توانایی فرد در قبول فقدان لیاقت عقلانی و مهارتش در سازش و انطباق با مواقع سخت زندگی متکی است. بنابراین، شخصی که عوارض پیری را قبول می‌کند در سازش با تغییرات حاصله در این سنّ و مقابله با آنها نیرومندتر خواهد بود و اصولا کسی که ضعف لیاقت عقلانی و عدم توانایی در یادآوری مطالب، او را خشمگین کند، فردی متزلزل و نامتعادل است. «۱»

قرآن به این حالت اضطراب رفتاری و عقلانی که به برخی از افراد در دوران پیری دست می‌دهد، در آیه‌ای که قبلا از سوره حج نقل کردیم، اشاره فرموده است:

... ثُمَّ نُخْرِجُكُمْ طِفْلًا ثُمَّ لِتَبْلُغُوا أَشُدَّكُمْ وَ مِنْكُمْ مَنْ يُتَوَفَّى وَ مِنْكُمْ مَنْ يُرَدُّ إِلى أَرْذَلِ الْعُمُرِ لِكَيْلا يَعْلَمَ مِنْ بَعْدِ عِلْمٍ شَيْئاً ...

«... بعد شما را به صورت طفل بیرون می‌فرستیم، سپس هدف این است که به حد رشد و بلوغ برسید، در این میان بعضی از شما می‌میرند و بعضی آن قدر عمر می‌کنند که به بدترین مرحله زندگی و پیری می‌رسند آن چنان که چیزی از علوم خود را به خاطر نخواهند داشت ...» «۲»

---

(۱)- محمد عثمان نجاتی، علم النفس فی حیاتنا الیومیهٔ، ص ۵۱۷.

(۲)- حج: ۵. «أَرْذَلِ الْعُمُرِ» همان شدت پیری و فرتوتی و عوارض آن، از قبیل نقص قدرت جسمانی و عقلانی است. و «لِكَيْلا يَعْلَمَ مِنْ بَعْدِ عِلْمٍ شَيْئاً» یعنی اضمحلال قدرت عقلانی و بازگشت به حالت دوران کودکی.

به این ترتیب انسان چیزهایی را که قبلا می‌دانست دیگر نمی‌داند. رک به: تفسیر قرطبی، ج ۹، ص ۱۴۰، ۱۴۱، و ج ۱۱ ص ۶- ۱۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۵۷

در این آیه، قرآن پس از آن که مراحل رشد قبل از تولد، از نطفه تا علقه و تا مضغه را ذکر می‌کند، به ذکر مراحل رشد پس از تولد، از کودکی تا دوران رشد کامل و رسیدن به کمال و اوج رشد و سپس رسیدن به پیری که قوای جسمانی و عقلانی انسان رو به ضعف می‌رود، می‌پردازد. در این آیه، قرآن به اضمحلال تواناییهای عقلانی و بروز عوارض «اختلالات پیری» که در دوران کهولت به گروهی دست می‌دهد، اشاره کرده است.

قرآن، علاوه بر آیه فوق، در موارد دیگری هم به این حالت اضطراب رفتاری و عقلانی عده‌ای از کهنسالان، اشاره فرموده است:

وَ اللَّهُ خَلَقَكُمْ ثُمَّ يَتَوَفَّاكُمْ وَ مِنْكُمْ مَنْ يُرَدُّ إِلى أَرْذَلِ الْعُمُرِ لِكَيْ لا يَعْلَمَ بَعْدَ عِلْمٍ شَيْئاً إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ قَدِيرٌ «خداوند شما را آفرید، سپس شما را می‌میراند، بعضی از شما به سنین بالای عمر می‌رسند بطوری که بعد از علم و آگاهی چیزی نخواهند داشت (که هر چه دانسته‌اند همه را فراموش می‌کنند) خداوند عالم و قادر است.» «۱»

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ ثُمَّ رَدَدْناهُ أَسْفَلَ سافِلِينَ إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَ عَمِلُوا الصَّالِحاتِ فَلَهُمْ أَجْرٌ غَيْرُ مَمْنُونٍ «ما انسان را در (مقام) احسن تقویم (و نیکوترین صورت در مراتب وجود) بیافریدیم. سپس (به کیفر کفر و گناهش) به اسفل سافلین (جهنم و پست‌ترین رتبه امکان) برگردانیدیم. مگر آنان که به خدا ایمان آورده و نیکوکار شدند که آنها را پاداش دائمی (بهشت ابد) عطا کردیم.» «۲»

---

(۱)- نحل: ۷۰.

(۲)- تین: ۴- ۶. در تفسیر جلالین ص ۵۱۴ آمده است که: «در مورد بعضی انسانها «ثُمَّ رَدَدْناهُ أَسْفَلَ سافِلِينَ» کنایه از شدت پیری و ضعف است. در این سن گرچه عمل مؤمنان نسبت به زمان جوانی کمتر است؛ اما اجرش برابر با آن خواهد بود. چون خداوند

می‌فرمایـد: «إِلَّا (یعنی لکن) الَّذِینَ آمَنُوا .. فَلَهُمْ أَجْرٌ غَیْرُ مَمْنُونٍ» ممنون، یعنی مقطوع. و در حدیث آمده است که: هرگاه عمر مؤمن آن قدر طولانی شود که نتواند عملی انجام دهد، اجر

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۵۸

وَ مَنْ نُعَمِّرْهُ نُنَکِّسْهُ فِی الْخَلْقِ أَ فَلا یَعْقِلُونَ «هر کس را که طول عمر دهیم در آفرینش واژگونه می‌کنیم (و به نـاتوانی کودکی بـاز می‌گردانیم) آیا اندیشه نمی‌کنید؟» «۱»

۳- رشد حسی در نوزاد

تحقیقات جدیـد فیزیولوژیکی ثابت کرده است که حساسیت شبکیه چشم در مقابل نور به هنگام تولـد ضـعیف است، اما تقریبا در پایان سال اول عمر کودک، به کمال رشـد وظیفه‌ای خود می‌رسـد. کودک بلافاصـله پس از تولـد در مقابل نورهای شدید واکنش نشـان نمی‌دهـد، اما از روز دوم با بسـتن چشـمها و بردن سـر به عقب به طور مکانیکی برای اجتناب از نورهای شدیـد، کم‌کم ایجاد واکنش در مقابل نورهای مختلف را یاد می‌گیرد.

اصولا- نوزاد به دلیـل نقص ساختمـان شـبکیه چشم تا ماه شـشم عمر خود، یعنی تا زمانی که رشـد ساختمان شـبکیه چشم وی کامل می‌شود، شـکل اشـیاء را نمی‌توانـد به طور واضـح ببیند. «۲» چشـمهای نوزاد در آغـاز تولـد، به هنگـام نگـاه کردن اشـیای ساکن یا متحرّک، حرکتی ناهماهنگ دارنـد، مثلا در حالی که چشم راست به چیزی نگاه می‌کنـد، در همان زمان چشم چپ چیز دیگری را می‌نگرد به طوری که انسـان فکر می‌کنـد نوزاد دوبین است. اما توانایی کودک در حرکت دادن هماهنگ چشـمان، کم‌کم افزایش می‌یابد تا جایی که وقتی به چیزی نگاه می‌کند هر دو چشم را با هم در یک سمت حرکت می‌دهد. «۳»

در حـالی که نوزاد تنها در نیمه دوم سال اول عمر خود می‌توانـد اشـیاء را بوضوح ببینـد ملاحظه می‌کنیم که همین نوزاد، گرچه در برابر صداهای ضعیف و کوتاه قادر به ابراز واکنش نیست، اما در برابر صداهای بلند و تند می‌تواند واکنش نشان دهد. ادراک

اعمالی که قبلا انجام می‌داده است برایش نوشته خواهد شد.»

(۱)- یس: ۶۸.

(۲)- فؤاد البهی السید: الاسس النفسیهٔ للنموّ، ص ۱۲۲.

(۳)- مأخذ پیشین: ص ۱۲۱- ۱۲۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۵۹

شنوایی نوزاد نیز مراحـل مختلف رشـد را پشت سـر می‌گـذارد و بتدریـج بین درجـات مختلف صـداهای متفـاوت فرق می‌نهـد و از ابتـدای سال سوم تولـد، قـدرتش در تشـخیص شـنوایی بسرعت تکامل می‌یابـد و انـدکی پس از سـیزده سالگی به کمال رشد خود می‌رسد. «۱»

در پرتو همین اطلاعـات به دست آمـده از طریق تحقیقات جدیـد فیزیولوژیک که نشان دهنـده عـدم توانایی نوزاد بر دیـدن واضـح اشـیاء در مرحله آغازین عمر و توانایی‌اش بر شـنیدن صـداهای شدیـد در همین مرحله است که می‌توانیم علت و فلسـفه تقـدم کلمه «سمع» را بر کلمه «ابصار» در قرآن بفهمیم:

وَ اللَّهُ أَخْرَجَکُمْ مِنْ بُطُونِ أُمَّهاتِکُمْ لا تَعْلَمُونَ شَیْئاً وَ جَعَلَ لَکُمُ السَّمْعَ وَ الْأَبْصارَ وَ الْأَفْئِدَهَٔ لَعَلَّکُمْ تَشْکُرُونَ «و خداوند شـما را از شکم مادرانتان خارج نمود در حالی که هیچ نمی‌دانستید، و به شما گوش و چشم و قلب عطا کرد، تا شکر نعمت او را بجا آورید.» «۲»

شاید بتوانیم با توجّه به نتایج تحقیقات فیزیولوژیک مربوط به ناهماهنگی حرکت دو چشم نوزاد، هنگام نگاه کردن به اشیاء که قبلا

آن را ذکر کردیم، اشاره قرآن به حس سامعه با صیغه مفرد «سمع» و حس باصره با صیغه جمع «ابصار» را تفسیر کنیم. علاوه بر این، ذکر «ابصار» به صیغه جمع و ذکر «سمع» به صیغه مفرد به حقایق دیگری نیز اشاره دارد که ما قبلا در بحث «حواس در قرآن» در فصل مربوط به «ادراک حسی در قرآن» به آنها اشاره کرده‌ایم.

همچنین ملاحظه می‌شود که «افئدهٔ» (دلها) در آیه فوق پس از حس سامعه و باصره ذکر شده است و این شاید به این دلیل باشد که توانایی کودک در ادراک عقلی و قدرت

---

(۱)- مأخذ پیشین، ص ۱۲۴.

(۲)- نحل: ۷۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۶۰

تشخیص در مرحله بعدی رشد، یعنی پس از آن که حسهای سامعه و باصره و نیز حواس دیگر از قبل شروع به رشد کرده باشند، بروز می کند.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۶۱

فصل دهم روان درمانی در قرآن

اشاره

قرآن کریم اساسا برای هدایت و دعوت مردم به یگانه پرستی و آموزش ارزشهای تازه و روشهای جدید تفکر و زندگی به آنان و ارشاد رفتارهای بهنجاری که صلاح فرد و خیر جامعه در آن باشد و نیز راهنمایی آنها به راههای درست تربیت و پرورش نفس به نحوی که منجر به کمال انسانی- که متضمن سعادت انسان در دنیا و آخرت است- شود، نازل شده است.

إِنَّ هـذَا الْقُرْآنَ یَهْدِی لِلَّتِی هِیَ أَقْوَمُ وَ یُبَشِّرُ الْمُؤْمِنِینَ الَّذِینَ یَعْمَلُونَ الصَّالِحاتِ أَنَّ لَهُمْ أَجْراً کَبِیراً «این قرآن به راهی هدایت می کند که مستقیمترین راههاست و به مؤمنانی که عمل صالح انجام می‌دهند بشارت می‌دهد که برای آنها پاداش بزرگی است.» «۱»

یا أَیُّهَا النَّاسُ قَدْ جاءَتْکُمْ مَوْعِظَهٌ مِنْ رَبِّکُمْ وَ شِفاءٌ لِما فِی الصُّدُورِ وَ هُدیً وَ رَحْمَهٌ لِلْمُؤْمِنِینَ

---

(۱)- اسراء: ۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۶۲

«ای مردم، اندرزی از سوی پروردگارتان برای شما آمده و درمان آنچه در سینه‌هاست و هدایت و رحمت برای مؤمنان.» «۱»

وَ نُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ ما هُوَ شِفاءٌ وَ رَحْمَهٌ لِلْمُؤْمِنِینَ وَ لا یَزِیدُ الظَّالِمِینَ إِلَّا خَساراً «قرآن را نازل می کنیم که شفا و رحمت برای مؤمنان است و ستمگران را جز خسران (و زیان) نمی‌افزاید.» «۲»

قُلْ هُوَ لِلَّذِینَ آمَنُوا هُدیً وَ شِفاءٌ ...

«... بگو: این برای کسانی که ایمان آورده‌اند هدایت و درمان است ...» «۳»

هـذا بَصائِرُ لِلنَّاسِ وَ هُدیً وَ رَحْمَهٌ لِقَوْمٍ یُوقِنُونَ «این (قرآن و شریعت آسمانی) وسایل بینایی و مایه هدایت و رحمت است برای مردمی که به آن یقین دارند.» «۴»

قرآن کریم تأثیر بسزایی در نفوس اعراب برجای گذاشت، و شخصیت و اخلاق و رفتار و روش زندگی آنها را بکلی تغییر داد و از

آنان افرادی صاحب عقیـده که دارای ارزشـهای شـریف انسانی بودنـد تربیت کرد و جامعه‌ای متحد و منظم به وجود آورد به طوری که توانستند روم و ایران را که بزرگترین دولتهای جهان آن زمان بودند، شکست دهند و در اکثر سرزمینهای جهان منتشر شوند و به گسترش اسلام بپردازند. این تغییر بنیادی که قرآن در نفوس عربها و مؤمنان از اقوام مختلف به وجود آورد، در میان تمام

---

(۱)- یونس: ۵۷.

(۲)- اسراء: ۸۲.

(۳)- فصلت: ۴۴.

(۴)- جاثیه: ۲۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۶۳

مکتبهای اعتقادی که در قرون مختلف تاریخ ظاهر شدند، نظیری ندارد.

بـدون شک در قرآن نیروی معنوی عظیمی وجود دارد که در نفس انسان تأثیری شـگرف بر جای می گذارد، این نیرو باعث بیداری وجدان و تیزی احساس و شعور و صیقل روح انسان می‌شود و ادراک و تفکرش را بیدار و بصیرتش را جلا می‌بخشد. به همین دلیل است که انسان پس از این که در معرض تأثیر قرآن قرار می گیرد، ناگهان تبدیل به انسانی می‌شود که گویا تازه آفریده شده است.

کسانی که تاریـخ اسـلام را مطالعه و مراحل مختلف دعوت اسـلامی را از روزهای آغازین دنبال می کننـد و کیفیت تغییر شخصـیت افرادی را که در مکتب پیامبر صلّی اللّه علیه و آله احکام اسـلامی را فرا می گرفتنـد و می‌بیننـد، می‌تواننـد مقدار تأثیر عظیمی را که قرآن و دعوت اسلامی در نفوس پیروان پیامبر اکرم صلّی اللّه علیه و آله برجای گذاشته است بوضوح مشاهده کنند.

علی رغم کوششـهای فراوانی که جوامع جدیـد در زمینه‌هـای تعلیم و تربیت و ارشـاد جوانـان به عمـل می‌آورنـد تـا از آنهـا افرادی شایسـته و مفیـد بسازند، اما این کوششـها نتیجه مطلوب و مورد انتظار را ببار نمی‌آورد و همین جرایم و انحرافهای روزافزونی که در همه جوامع وجود دارد دلیل روشـنی بر شکست روشهای تربیتی جدید و عجز آنها در پرورش افرادی شایسته برای خدمت به کشور و جامعه خود می‌باشد.

اخیرا کوششـهای زیادی در زمینه روان درمانی افرادی که دچار اضطرابهای شخصیتی و بیماریهای روانی هستند انجام شده است. در این زمینه روشـهای مختلفی برای روان درمـانی به وجود آمـده است، امـا هیـچ کـدام موفقیت مورد انتظار را درباره از بین بردن و یا پیشـگیری از بیماریهای روانی کسب نکرده است. برخی از تحقیقات نشان می‌دهـد که میانگین درمان در مورد بیمارانی که با روش روانکـاوی معالجه می‌شونـد بین ۶۰٪ تـا ۶۴٪ در نوسـان اسـت و اگر تـوجه کنیـم کـه میـانگین بیمـارانی که بـدون مراجعه به روان درمـانگران از عوارض این گونه بیماریها نجات می‌یابنـد، بین ۴۴٪ تا ۶۶٪ در نوسـان است متوجه می‌شویم که میانگین فوق درصـد رضایتبخشـی را تشـکیل نمی‌دهد؛ وانگهی، حال عده‌ای از بیماران، پس از معالجات روان درمانگران بدتر هم شده است. در تحقیق دیگری روشن شده است که تعداد بیماران درمان یافته از یک گروه مورد مطالعه که تحت مداوای روان درمانگران قرار نداشـتند با تعداد بیمارانی که از طریق روان درمانی معالجه شدند

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۶۴

مسـاوی بوده است. این تحقیق نشـان داده است که حـال برخی از این بیماران معالجه شـده توسط روان درمانگران وخیمتر هم شـده است. «۱» این گونه تحقیقات نشان می‌دهد که میانگین درمان ناشی از روان درمانی هنوز به میزان رضایتبخشی نرسیده است.

علاوه بر این، پرداختن به درمـان بیماریهـای روانی چنـدان مهم نیست، بلکه مهمـتر این است که از بروز آنهـا پیشـگیری، و یـا حتی الامکـان از افزایش آنهـا کاسـته شود. اخیرا برخی از محققـان به موضوع پیشـگیری از رفتارهـای انحرافی توجه و سـعی کرده‌انـد در

مشکلاتی که در جوامع مختلف در روابط انسانی پیش می‌آید مداخله کنند و هدفشان پیدا کردن راه‌حلهایی برای جلوگیری از بروز عوارض رفتارهای انحرافی است. اما این تلاشها اندک است و در زمینه‌های بسیار محدودی مانند دخالت پلیس در مشکلات خانوادگی که در برخی از محلات شهرهای بزرگ در جامعه امریکا رخ می‌دهد، «۲» انجام می‌شود. اصولا موضوع پیشگیری از رفتارهای انحرافی، یکی از مسائل مهمی است که روان شناسان و جامعه شناسان درگیر آن هستند، اگرچه تلاشهایشان در این زمینه بسیار اندک و محدود است.

از این گذشته، امروزه اختلافات زیادی میان مکاتب مختلف روان درمانی در نوع نگرش آنها به ماهیت انگیزه‌های اساسی محرک رفتار و ماهیت تهدیدهای اضطراب انگیز و مسبب ایجاد عوارض بیماریهای روانی و عقلانی وجود دارد که وصول به یک توافق کلی در میان این مکاتب، پیرامون یک نظریه تکامل یافته درباره شخصیت و سازگاری آن و عوامل مسبب ناسازگاری و روشهای روان درمانی را مشکل می‌کند.

اصولا هر یک از این مکاتب از زاویه معین و محدودی به انسان می‌نگرند. بنابراین، نمی‌توانند با دیدی کلی و همه جانبه به انسان نگاه کنند و همین موضوع موجب ناتوانی این مکاتب در فهم درست و دقیق انسان است، اما ظاهرا بتازگی گرایش جدیدی در میان روان شناسان و روان درمانگران به وجود آمده است که تأثیر عوامل اجتماعی و فرهنگی

---

(۱)- ریچارد. ام. شواین: علم الامراض النفسیة و العقلیة، ص ۸۶۴.

(۲)- شلدون کاشدان: علم نفس الشواذ (روان‌شناسی منحرفان)، ترجمه احمد عبد العزیزی سلامه و تصحیح محمد عثمان نجاتی. بیروت: دار الشروق، ۱۹۸۴، ص ۲۲۱- ۲۲۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۶۵

در شخصیت و طبیعت اجتماعی و نیاز انسان به وابستگی را بیشتر مورد توجه قرار می‌دهد. این گرایش باعث شده است که آنها بر اهمیت روابط انسانی در سازگاری یا ناسازگاری شخصیت تأکید بیشتری کنند. شلدون کاشدانSheldon Cashdan در این خصوص می‌گوید:

«گاهی الگوی آینده بر اعتماد مردم به همدیگر که موجب رابطه آنان است تأکید می‌کند و به همین دلیل است که می‌گوییم گاهی برخی از مفاهیم مانند رابطه مستحکم، تبادل افکار و احساس تعهّد، در نهایت جایگزین مفاهیمی همچون «من برتر»، دگماتیسم، و نورز، و اختلال عقلی می‌شود. الگوی آینده، گاهی حتی متضمن مفهومی جدید همچون مفهوم محبّت است.» «۱» این گونه گرایشها نهایهٔ روان شناسان و روان درمانگران را به قبول و به کارگیری دیدگاههای مذهب یا حداقل نزدیک به مذهب درباره ماهیّت، علل انحراف و روشهای درمان انسان می‌رساند.

همچنین بتازگی در میان روان شناسان، گرایشهایی پیدا شده است که طرفدار توجه بیشتر به دین برای سلامت روان و درمان بیماریهای روانی است. آنها معتقدند، در ایمان به خدا نیروی خارق العاده‌ای وجود دارد که نوعی قدرت معنوی به انسان متدیّن می‌بخشد و در تحمّل سختیهای زندگی او را کمک می‌کند و از نگرانی و اضطرابی که بسیاری از مردم قرن ما در معرض ابتلای آن هستند دور می‌سازد، قرنی که توجه فراوان به زندگی مادی بر آن سیطره دارد و رقابت شدیدی برای به دست آوردن مادیات، بر مردم حکومت می‌کند؛ در صورتی که نیاز به غذای روحی در همین زمان بسیار محسوستر است. همین گرایش به مادیات و رقابت در تملک آنها، باعث فشار روحی بر انسان معاصر و سردرگمی او شده و او را در معرض تهاجم اضطرابها و بیماریهای مختلف روانی قرار داده است. یکی از نخستین کسانی که این مسأله را مطرح کرد ویلیام جیمزWilliam James فیلسوف و روان‌شناس امریکایی بود. او می‌گوید: «ایمان، بدون شک مؤثرترین درمان اضطراب است» و اضافه می‌کند: «ایمان نیرویی است که

باید برای کمک به انسان در زندگی وجود داشته باشد، فقدان ایمان، زنگ خطری است که ناتوانی

---

(۱)- مأخذ پیشین، ص ۲۶۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۶۶

انسان را در برابر سختیهای زندگی اعلام می‌دارد» و در جایی دیگر می گوید: «میان ما و خداوند رابطه‌ای ناگسستنی وجود دارد، اگر ما خود را تحت اشراف خداوند متعال درآوریم و تسلیم او شویم، تمام آمال و آرزوهایمان متحقق خواهد شد» و در جایی دیگر بیان می‌دارد: «همان طور که امواج خروشان و غلتان اقیانوس نمی‌تواند آرامش ژرفای آن را بر هم زند و امنیت آن را پریشان سازد، شایسته است که دگرگونیهای سطحی و موقت زندگی، آرامش درونی انسانی را که عمیقا به خداوند ایمان دارد، بر هم نزند چرا که انسان متدین واقعی، تسلیم اضطراب نمی‌شود و توازن شخصیت خویش را حفظ می کند و همواره آماده مقابله با مسائل ناخوشایندی است که احتمالا روزگار برایش پیش می‌آورد.» «۱»

کارل یونگCarl G .Jung ، روانکاو می گوید:

«در طول سی سال گذشته افراد زیادی از ملیتهای مختلف جهان متمدن، با من مشورت کردند و من صدها تن از بیماران را معالجه و درمان کرده‌ام، اما از میان بیمارانی که در نیمه دوم عمر خود به سر می‌بردند (یعنی از ۳۵ سالگی به بعد) حتی یک بیمار را نیز ندیدم که اساسا مشکلش نیاز به یک گرایش دینی در زندگی نباشد. به جرأت می‌توانم بگویم که تک‌تک آنها به این دلیل قربانی بیماری روانی شده بودند که آن چیزی را که ادیان موجود در هر زمانی به پیروان خود می‌دهند، فاقد بودند و فرد فرد آنها تنها وقتی که به دین و دیدگاههای دینی بازگشته بودند به طور کامل درمان شدند.» «۲» روانکاو دیگری به نام ا. ا. بریلA .A .Brill معتقد است: «انسان متدین واقعی هرگز دچار بیماری روانی نخواهد شد.» «۳» هنری لینکHenry Link روان شناس امریکایی در کتاب «بازگشت به ایمان» می گوید: «در نتیجه تجربه طولانی خود در اجرای آزمایشهای روانی بر روی کارگران- در خصوص انتخابها و ارشادهای شغلی- به این موضوع پی برده‌ام که افراد

---

(۱)- دیل کارنگی: دع القلق و ابدأ الحیاة (نگرانی را رها کن و زندگی را آغاز کن)، ترجمه عبدالمنعم الزیادی، چاپ ۵، قاهره: کتابخانه «خانجی» ۱۹۵۶، ص ۲۸۲، ۲۹۲، ۲۹۸، ۳۰۱.

(۲)

- Carl. G. Jung; modern man in search of a soul. London: Routledge Kegan paul, Ltd, ۶۶۹۱,۴۶۲ .p.

(۳)- دیل کارنگی: همان مأخذ، ص ۲۸۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۶۷

متدین و کسانی که به معابد رفت و آمد می کنند دارای شخصیتی قویتر و بهتر از بی‌دینان و یا کسانی هستند که هیچ وقت به عبادت خداوند نمی‌پردازند.» «۱»

علاوه بر روان شناسان و روانکاوان، بسیاری از اندیشمندان معاصر غربی این مسأله را گوشزد می کنند که مشکل انسان معاصر، اساسا به نیاز وی به دین و ارزشهای معنوی برمی گردد. مثلا مورخ معروف، آرنولوتوین بی A .Toyndee می گوید، بحرانی که اروپاییان در قرن حاضر دچار آن شده‌اند، اساسا به فقر معنوی آنها باز می گردد. او معتقد است که تنها راه درمان این فروپاشیدگی اخلاقی که غرب از آن رنج می‌برد، بازگشت به دین است. «۲»

اصولاـ ایمان، تأثیر بسزایی در نفس انسان دارد چرا که اعتماد به نفس و قدرت او را بر صبر و تحمّل سختیهای زندگی افزایش می‌دهد و احساس امنیت و آرامش را در نفس او مستقر می‌سازد و در درونش آسودگی خاطر به وجود می‌آورد و انسان به این ترتیب غرق در احساس خوشبختی می‌شود. حال این سؤال پیش می‌آید که ایمان چگونه انسان را به این مرحله از آرامش روانی می‌رساند؟

الف- رابطه ایمان و احساس امنیّت

کلیه مکاتب روان درمانی در این که دلیل اصلی بروز عوارض بیماریهای روانی اضطراب است، متفق القولند ولی در تعیین عوامل اضطراب برانگیز، اختلاف نظرهایی با هم دارند. این مکاتب متفقا هدف اصلی روان درمانی را، رهایی از اضطراب و به وجود آوردن احساس امنیت در نفس انسان می‌دانند، اما برای تحقق این هدف از روشهای مختلف درمانی پیروی می‌کنند و همان‌طور که قبلا یادآور شدیم، این روشها همیشه در درمان کامل بیماریهای روانی موفق نیستند.

بررسی تاریخ ادیان بویژه دین اسلام، نشان می‌دهد که ایمان به خدا، در درمان

(۱)- یوسف القرضاوی: الایمان و الحیاة، چاپ ۶، قاهره: کتابخانه وهبة، ۱۹۷۸، ص ۳۴۲.

(۲)- انور الجندی: مفاهیم العلوم الاجتماعیة و النفس و الاخلاق فی ضوء الاسلام، قاهره: دار الاعتصام، ۱۹۷۷، ص ۱۹۵.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۶۸

این گونه بیماریها و تحقق احساس امنیت و آرامش و پیشگیری از اضطراب و بیماریهای روانی ناشی از آن، کاملا موفق بوده است. این مسأله شایان توجه است که درمان، معمولاـ پس از ابتلای شخص به بیماری روانی شروع می‌شود، اما ایمان به خدا اگر از کودکی در نفس انسان استقرار یابد نوعی مصونیت و پیشگیری از آسیب بیماریهای روانی به شخص می‌بخشد. قرآن، امنیت و آرامشی را که ایمان، در نفس مؤمن ایجاد می‌کند. چنین توصیف می‌فرماید:

الَّذِينَ آمَنُوا وَ لَمْ يَلْبِسُوا إِيمانَهُمْ بِظُلْمٍ أُولئِكَ لَهُمُ الْأَمْنُ وَ هُمْ مُهْتَدُونَ «آری، آنها که ایمان آوردند و ایمان خود را با شرک نیامیختند امنیت، مال آنها است و آنها هدایت یافتگانند.» «۱»

الَّذِينَ آمَنُوا وَ تَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ «آنها کسانی هستند که ایمان آورده‌اند و دلهایشان به یاد خدا مطمئن (و آرام) است، آگاه باشید با یاد خدا دلها آرامش می‌یابد.» «۲»

ما أَصابَ مِنْ مُصِيبَةٍ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ وَ مَنْ يُؤْمِنْ بِاللَّهِ يَهْدِ قَلْبَهُ وَ اللَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ «هیچ رنج و مصیبتی به شما نرسد مگر به فرمان خدا (و به خیر بندگان) و هر که به خدا ایمان آرد خدا دلش را (به مقام عالی رضا و تسلیم) هدایت کند و خدا بر

(۱)- انعام: ۸۲. یعنی: «تنها آنهایی که ایمان به خدا آورده و آن را به عبادت هیچ معبود دیگری بجز خدا مخلوط نکرده‌اند (شرك) سزاوار آرامش و طمأنینه هستند و تنها آنها به راه حق و خیر هدایت شدگانند».

المنتخب فی تفسیر القرآن الکریم، ص ۱۸۵.

(۲)- رعد: ۲۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۶۹

همه امور عالم آگاه است.» «۱»

اصولا آرامش و استقرار و امنیت نفس برای مؤمن متحقق می‌شود، زیرا ایمان راستینش به خداوند، او را نسبت به کمك و حمایت و

نظر لطف خداوندی امیدوار می‌سازد. مؤمن در عبادت و کارهایی که برای رضای خدا انجام می‌دهد، همواره به خداوند نظر دارد و به همین دلیل احساس می‌کند که خداوند همواره با اوست و به او کمک می‌کند. همین احساس مؤمن که خدا یاور اوست، ضامن استقرار احساس امنیت و آرامش در نفس وی می‌باشد. «۲»

مؤمنی که حقیقهً به خدا ایمان دارد از هیچ چیز در این دنیا نمی‌هراسد چون می‌داند تا خدا نخواهد هیچ شرّ و آزاری به او نمی‌رسد و تا خدا نخواهد هیچ انسان و یا قدرتی در دنیا قادر نیست به او ضرری رساند یا خیری را از او منع کند. به همین دلیل مؤمن واقعی، انسانی است که امکان ندارد ترس یا اضطراب بر او چیره شود.

بَلى مَنْ أَسْلَمَ وَجْهَهُ لِلَّهِ وَ هُوَ مُحْسِنٌ فَلَهُ أَجْرُهُ عِنْدَ رَبِّهِ وَ لا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَ لا هُمْ يَحْزَنُونَ «آری کسی که در برابر خداوند تسلیم شود و نیکوکار باشد، پاداش او نزد پروردگارش ثابت است، نه ترسی بر آنهاست و نه غمگین خواهند شد (بنابراین بهشت خداوند در انحصار هیچ طایفه‌ای نیست).» «۳»

---

(۱)- تغابن: ۱۱. « (وَ مَنْ يُؤْمِنْ بِاللَّهِ يَهْدِ قَلْبَهُ وَ اللَّهُ بِكُلِّ شَيْ‌ءٍ عَلِيمٌ) یعنی مصیبتی که به شخص می‌رسد آن را تقدیر الهی می‌داند، و در مقابل آن صبر می‌کند و هدایت قلبی و یقین راستین را به جای چیزهایی که در دنیا از دست می‌دهد، به حساب می‌آورد. ابن عبّاس می‌گوید: آیه فوق یعنی: خداوند قلب مؤمن را به یقین هدایت می‌کند، در نتیجه او می‌داند هر مصیبتی که به او می‌رسد به تقدیر الهی می‌بایست حتما گرفتار آن می‌شد. به همین دلیل راضی و تسلیم است ...» مختصر تفسیر ابن کثیر، ج ۳، ص ۵۱۰.

(۲)- یوسف القرضاوی: الایمان و الحیاهٔ، چاپ ششم، قاهره: کتابخانه وهبهٔ، ۱۹۷۸، ص ۱۱۳- ۱۱۵.

(۳)- بقره: ۱۱۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۷۰

إِنَّ الَّذِينَ قالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقامُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلائِكَةُ أَلَّا تَخافُوا وَ لا تَحْزَنُوا وَ أَبْشِرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنْتُمْ تُوعَدُونَ نَحْنُ أَوْلِياؤُكُمْ فِي الْحَياةِ الدُّنْيا وَ فِي الْآخِرَةِ وَ لَكُمْ فِيها ما تَشْتَهِي أَنْفُسُكُمْ وَ لَكُمْ فِيها ما تَدَّعُونَ «کسانی که گفتند پروردگار ما خداوند یگانه است سپس استقامت کردند، فرشتگان بر آنها نازل می‌شوند که نترسید و غمگین مباشید و بشارت باد بر شما بهشتی که به شما وعده داده شده است. ما یاران و مددکاران شما در زندگی دنیا و در آخرت هستیم و برای شما هر چه بخواهید در بهشت فراهم است و هر چه طلب کنید به شما داده می‌شود.» «۱»

إِنَّ الَّذِينَ قالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقامُوا فَلا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَ لا هُمْ يَحْزَنُونَ «کسانی که گفتند پروردگار ما اللّه است، سپس استقامت به خرج دادند نه ترسی برای آنهاست و نه غمی دارند.» «۲»

مؤمن واقعی می‌داند که روزی‌اش در دست خداست و هموست که ارزاق را بین مردم به اندازه تقسیم می‌کند. بنابراین، از فقر و تنگدستی نمی‌ترسد. اگر تقدیر خدا بر این تعلق گرفته باشد که روزی‌اش کم باشد به خواست خدا درباره خود راضی است و به همان اندک قناعت می‌کند و شکر و سپاس خدای را به خاطر نعمتهای فراوان دیگرش همچون نعمت زندگی، ایمان، تندرستی و آسودگی خاطر، به جای می‌آورد. مؤمن واقعی درباره رزق و روزی اصلا ترس را نمی‌شناسد، زیرا عقیده دارد که تنها خداوند متعال، روزی دهنده و صاحب قوت و قدرت است.

---

(۱)- فصلت: ۳۰، ۳۱.

(۲)- احقاف: ۱۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۷۱

إِنَّ اللَّهَ هُوَ الرَّزَّاقُ ذُو الْقُوَّةِ الْمَتِينُ «خداوند روزی دهنده و صاحب قوت و قدرت است.» «۱»

وَ فِي السَّماءِ رِزْقُكُمْ وَ ما تُوعَدُونَ «روزی شما در آسمان است و آنچه به شما وعده داده می‌شود.» «۲»

وَ ما مِنْ دَابَّةٍ فِي الْأَرْضِ إِلَّا عَلَى اللَّهِ رِزْقُها ...

«هیچ جنبنده‌ای در زمین نیست مگر این که روزی او بر خداست ...» «۳»

وَ كَأَيِّنْ مِنْ دَابَّةٍ لا تَحْمِلُ رِزْقَهَا اللَّهُ يَرْزُقُها وَ إِيَّاكُمْ وَ هُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ «چه بسیار جنبندگانی که قدرت ندارند روزی خود را حمل کنند، خداوند آنها را و شما را روزی می‌دهد و اوست شنوا و دانا.» «۴»

اللَّهُ يَبْسُطُ الرِّزْقَ لِمَنْ يَشاءُ وَ يَقْدِرُ ...

«خدا روزی را برای هر کس بخواهد (و شایسته بداند) وسیع و برای هر کس بخواهد (و مستحق بداند) تنگ قرار می‌دهد ...» «۵»

مؤمن واقعی از مرگ نمی‌هراسد و به آن با دیدی واقع بینانه می‌نگرد، زیرا می‌داند که هیچ گریزی از آن نیست و هر انسانی دارای اجلی معیّن است و آنگاه که اجلش فرا رسد

---

(۱)- ذاریات: ۵۸.

(۲)- ذاریات: ۲۲. قرآن و روان‌شناسی ۳۷۱ الف - رابطه ایمان و احساس امنیت ..... ص : ۳۶۷

(۳)- هود: ۶.

(۴)- عنکبوت: ۶۰.

(۵)- رعد: ۲۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۷۲

یارای به تأخیر انداختن آن را ندارد.

كُلُّ نَفْسٍ ذائِقَةُ الْمَوْتِ ...

«هر کس مرگ را می‌چشد ...» «۱»

أَيْنَما تَكُونُوا يُدْرِكْكُمُ الْمَوْتُ وَ لَوْ كُنْتُمْ فِي بُرُوجٍ مُشَيَّدَةٍ ...

«هر کجا باشید مرگ شما را می‌گیرد اگر چه در برجهای محکم باشید ...» «۲»

إِنَّكَ مَيِّتٌ وَ إِنَّهُمْ مَيِّتُونَ «تو می‌میری، آنها نیز خواهند مرد.» «۳»

وَ لِكُلِّ أُمَّةٍ أَجَلٌ فَإِذا جاءَ أَجَلُهُمْ لا يَسْتَأْخِرُونَ ساعَةً وَ لا يَسْتَقْدِمُونَ «برای هر قوم و جمعیتی زمان و مدت (معینی) است و به هنگامی که مدت آنها فرا رسد نه ساعتی از آن تأخیر می‌کنند و نه بر آن پیشی می‌گیرند.» «۴»

وَ لَنْ يُؤَخِّرَ اللَّهُ نَفْساً إِذا جاءَ أَجَلُها ...

«و خدا هرگز اجل هیچ کس را از وقتش که فرا رسد مؤخر نیفکند ...» «۵»

... وَ ما يُعَمَّرُ مِنْ مُعَمَّرٍ وَ لا يُنْقَصُ مِنْ عُمُرِهِ إِلَّا فِي كِتابٍ ...

---

(۱)- آل عمران: ۱۸۵.

(۲)- نساء: ۷۸.

(۳)- زمر: ۳۰.

(۴)- اعراف: ۳۴.

(۵)- منافقون: ۱۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۷۳

«... و هیچ انسانی عمر طولانی نمی‌کند و هیچ کس از عمرش کاسته نمی‌شود مگر اینکه در کتاب (علم خداوند) ثبت است ...» «۱»

قُلْ لَنْ یَنْفَعَکُمُ الْفِرارُ إِنْ فَرَرْتُمْ مِنَ الْمَوْتِ أَوِ الْقَتْلِ وَ إِذاً لا تُمَتَّعُونَ إِلَّا قَلِیلًا «بگو: اگر از مرگ یا کشته شدن فرار کنید سودی به حال شما نخواهد داشت و در آن هنگام جز بهره کمی از زندگانی نخواهید گرفت.» «۲»

قُلْ إِنَّ الْمَوْتَ الَّذِی تَفِرُّونَ مِنْهُ فَإِنَّهُ مُلاقِیکُمْ ثُمَّ تُرَدُّونَ إِلی عالِمِ الْغَیْبِ وَ الشَّهادَةِ فَیُنَبِّئُکُمْ بِما کُنْتُمْ تَعْمَلُونَ « (ای رسول ما به جهودان) بگو عاقبت مرگی که از آن می‌گریزید شما را البته ملاقات خواهد کرد و پس (از مرگ) به سوی خدایی که دانای پیدا و پنهان است باز می‌گردید و او شما را به آنچه (نیک و بد) کرده‌اید، آگاه می‌سازد.» «۳»

مؤمن واقعی بخوبی می‌داند که در این جهان، تنها یک رهگذر است که بسرعت به جهان آخرت منتقل می‌شود. بنابراین، در دنیا کارهای خود را بر این اساس انجام می‌دهد که با ایمان به خدا و عبادت و عمل صالح، آماده زندگی آن جهان شود. مؤمن واقعی آن طور که اکثر مردم از مرگ می‌ترسند، از آن نمی‌هراسد، زیرا می‌داند که مرگ، او را به سوی قرب الهی منتقل می‌کند، آن جا که از رضوان الهی متنعم و به دیدار انبیا و صدیقین، خوشبخت و از نعمتهای بهشتی که خداوند وعده آن را داده است، بهره‌مند می‌شود.

مؤمن واقعی از مصائب روزگار و حوادث دهر نمی‌هراسد. او از گرفتار شدن به امراض یا پیش آمدن حوادث ناگوار و وقوع فاجعه باکی ندارد زیرا عقیده دارد که حوادث خوب یا بدی که برای مردم روی می‌دهد، آزمایشی از طرف خداوند است تا

---

(۱)- فاطر: ۱۱.

(۲)- احزاب: ۱۶.

(۳)- جمعه: ۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۷۴

معلوم شود چه کسانی در هنگام شادی و گشایش سپاس می‌گویند و یا به وقت گرفتاری، صبر پیشه می‌کنند. به همین دلیل است که مؤمن، هنگام گرفتار شدن به بلا و شر، شکوه و زاری نمی‌کند، بلکه راه صبر و بردباری را پیش می‌گیرد و خدا را شکر می‌کند و از او می‌خواهد که شر و گرفتاری را از او دور سازد.

... وَ نَبْلُوکُمْ بِالشَّرِّ وَ الْخَیْرِ فِتْنَةً وَ إِلَیْنا تُرْجَعُونَ «... و ما شما را با بدیها و نیکیها آزمایش می‌کنیم و سرانجام به سوی ما باز می‌گردید.» «۱»

مؤمن واقعی غم و اندوه خود را آشکار نمی‌سازد و در خاطرات اندوهناک گذشته، زندگی نمی‌کند و برای چیزهای از دست رفته افسوس نمی‌خورد. به همین دلیل، علی رغم بسیاری از مردم که اندوه ناشی از غم و درد ایام گذشته را بر دوش می‌کشند، وی هیچ گونه احساس اندوه نمی‌کند «۲» چنان که به هنگام رسیدن به خیر و خوبی نیز راه فساد و تباهی در پیش نمی‌گیرد و استکبار و طغیان نمی‌ورزد، بلکه خدا را به خاطر خیری که به او عطا فرموده است سپاس می‌گوید.

ما أَصابَ مِنْ مُصِیبَةٍ فِی الْأَرْضِ وَ لا فِی أَنْفُسِکُمْ إِلَّا فِی کِتابٍ مِنْ قَبْلِ أَنْ نَبْرَأَها إِنَّ ذلِکَ عَلَی اللَّهِ یَسِیرٌ لِکَیْلا تَأْسَوْا عَلی ما فاتَکُمْ وَ لا تَفْرَحُوا بِما آتاکُمْ وَ اللَّهُ لا یُحِبُّ کُلَّ مُخْتالٍ فَخُورٍ «هیچ مصیبتی در زمین و نه در وجود شما روی نمی‌دهد مگر این که همه آنها قبل از آن که زمین را بیافرینیم در لوح محفوظ ثبت است و این امر برای خداوند

---

(۱)- انبیاء: ۳۵.

(۲)- یوسف القرضاوی: الایمان و الحیاة، ص ۱۱۹- ۱۲۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۷۵

آسان است. این به خاطر آن است که برای آنچه از شما فوت شده تأسف نخورید و به آنچه به شما داده است دلبسته و شادمان نباشید و خداوند هیچ متکبر فخرفروشی را دوست ندارد.» «۱»

یا أَیُّهَا الَّذِینَ آمَنُوا لا تَکُونُوا کَالَّذِینَ کَفَرُوا وَ قالُوا لِإِخْوانِهِمْ إِذا ضَرَبُوا فِی الْأَرْضِ أَوْ کانُوا غُزًّی لَوْ کانُوا عِنْدَنا ما ماتُوا وَ ما قُتِلُوا لِیَجْعَلَ اللَّهُ ذلِکَ حَسْرَةً فِی قُلُوبِهِمْ وَ اللَّهُ یُحْیِی وَ یُمِیتُ وَ اللَّهُ بِما تَعْمَلُونَ بَصِیرٌ «ای کسانی که ایمان آورده‌اید شما همانند کافران نباشید هنگامی که برادرانشان به مسافرتی می‌روند یا در جنگ شرکت می‌کنند (و از دنیا می‌روند و یا کشته می‌شوند) می‌گویند اگر آنها نزد ما بودند نمی‌مردند و کشته نمی‌شدند (شما این گونه سخنان نگویید) تا خدا این حسرت را بر دل آنها بگذارد و خداوند زنده می‌کند و می‌میراند (و حیات و مرگ به دست اوست) و خدا به آنچه انجام می‌دهید بینا است.» «۲»

مؤمن واقعی هیچگاه دچار اضطراب ناشی از احساس ناخودآگاه گناه نمی‌شود. این احساس گناه همان چیزی است که اکثر بیماران روانی از آن رنج می‌برند. عدم اضطراب مؤمن خود معلول چند علت است:

۱- مؤمنی که از دوران کودکی بر اساس تربیت صحیح اسلامی رشد کرده است، به آسانی در معرض فریب قرار نمی‌گیرد و به ارتکاب معاصی و گناهانی وادار نمی‌شود که باعث عذاب وجدان و احساس پستی و حقارت نفس، و قربانی احساس گناه و سرزنش وجدان شود.

۲- بدیهی است که هر انسانی در معرض ارتکاب اشتباه قرار دارد و مؤمن نیز از این

---

(۱)- حدید: ۲۲، ۲۳.

(۲)- آل عمران: ۱۵۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۷۶

قانون مستثنا نیست، اما او به هنگام ارتکاب خطا، در یادآوری گناه و اعتراف به آن تردیدی به خود راه نمی‌دهد و در پیشگاه خداوند متعال به خاطر ارتکاب خطا، استغفار و توبه می‌کند زیرا می‌داند که خداوند سبحان توبه پذیر و بخشاینده گناهان است.

وَ مَنْ یَعْمَلْ سُوءاً أَوْ یَظْلِمْ نَفْسَهُ ثُمَّ یَسْتَغْفِرِ اللَّهَ یَجِدِ اللَّهَ غَفُوراً رَحِیماً «کسی که کار بدی انجام دهد یا به خود ستم کند سپس از خداوند طلب آمرزش نماید خدا را آمرزنده و مهربان خواهد یافت.» «۱»

وَ إِنِّی لَغَفَّارٌ لِمَنْ تابَ وَ آمَنَ وَ عَمِلَ صالِحاً ثُمَّ اهْتَدی «من کسانی را که توبه کنند و ایمان آورند و عمل صالح انجام دهند و سپس هدایت شوند می‌آمرزم.» «۲»

قُلْ یا عِبادِیَ الَّذِینَ أَسْرَفُوا عَلی أَنْفُسِهِمْ لا تَقْنَطُوا مِنْ رَحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ یَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِیعاً إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِیمُ «بگو: ای بندگان من که بر خود اسراف و ستم کرده‌اید از رحمت خداوند نومید نشوید که خدا همه گناهان را می‌آمرزد که او خدایی بسیار آمرزنده و مهربان است.» «۳»

اعتراف مؤمن به گناه و توبه به درگاه خداوندی، او را از کوشش برای دور نگه داشتن فکر گناه از ذهن- به منظور رهایی از ناراحتی روانی ناشی از احساس گناه- باز می‌دارد.

---

(۱)- نساء: ۱۱۰.

(۲)- طه: ۸۲.

(۳)- زمر: ۵۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۷۷

توضیح این که کوشش برای دور نگه داشتن فکر گناه از ذهن نهایهٔ به سرکوب ناخودآگاه آن منجر می‌شود، اما باید توجه داشته باشیم که سرکوب فکر گناه باعث نمی‌شود که آن نیروی انفعالی احساس پستی و حقارتی که همراه فکر گناه وجود داشته است نیز از بین برود. بنابراین، نیروی افنعالی مزبور به شکل اضطرابی مبهم و پیچیده در انسان بروز می‌کند که باعث رنج و ایجاد تشنج روانی در شخص می‌شود، در نتیجه انسان سعی می‌کند با پناه بردن به عوارض برخی از بیماریهای روانی، از شدت آن بکاهد. اصولا قسمت اعظم تلاش روانکاو در چنین حالاتی مصروف کاوش درباره این مهارتهای دردآور، کهنه و سرکوب شده در ضمیر ناخودآگاه انسان می‌شود. روانکاو سعی می‌کند بیمار را به یادآوری مجدد آن کارها و مقابله با آنها وادارد تا به جای این که آنها را انکار کرده و با سرکوبشان از رودرویی با آنها فرار کند، نوعی قضاوت عقلانی درباره آنها پیدا کند یعنی به صدور حکم درباره‌شان بپردازد. به همین دلیل است که یادآوری گناهان توسط مؤمن و اعتراف به آنها و استغفار و توبه، باعث جلوگیری از سرکوب ناخودآگاه احساس گناه می‌شود، زیرا این گونه سرکوب کردن باعث ایجاد اضطراب و بروز عوارض بیماریهای روانی می‌گردد.

از مطالب فوق این موضوع روشن می‌شود که مؤمن واقعی از چیزهایی که اکثر مردم از آنها می‌ترسند، مانند مرگ، فقر و بیماری و گرفتاریهای روزگار، نمی‌ترسد و از آن جا که مصائب روزگار را آزمایشی الهی می‌داند و معتقد است که باید در برابرشان صبر کند دارای توانایی زیادی در تحمل گرفتاریها است. او احساس گناه خود را سرکوب نمی‌کند، بلکه به آن اعتراف می‌کند و از خداوند آمرزش می‌طلبد. با توجه به این مسائل تعجّبی ندارد که یک مؤمن واقعی همواره دارای امنیت خاطر روانی و آرامش قلبی و وجودش لبریز از احساس رضایت و آرامش خاطر باشد.

مَنْ عَمِلَ صالِحاً مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثى وَ هُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهُ حَياةً طَيِّبَةً وَ لَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ ما كانُوا يَعْمَلُونَ «هر کس عمل صالح کند در حالی که مؤمن است خواه مرد باشد یا زن، به او

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۷۸

حیات پاکیزه می‌بخشیم و پاداش آنها را به بهترین اعمالی که انجام دادند خواهیم داد.» «۱»

فقدان ایمان به خدا، زندگی را از مفاهیم عالی و ارزشهای شریف انسانی تهی می‌کند و باعث می‌شود که انسان، احساس رسالت بزرگ خود را در زندگی به عنوان جانشین خدا در زمین از دست بدهد و بینش روشنی درباره اهداف بزرگ زندگی خود- یعنی عبادت خدا و قرب به او و جهاد با نفس برای رسیدن به تکامل انسانی که موجب سعادت دنیا و آخرت اوست- نداشته باشد. قرآن حالت تعارض و اضطراب و سرگردانی و خودباختگی را که به انسان فاقد ایمان دست می‌دهد، به حالت انسانی تشبیه می‌کند که حس می‌نماید از آسمان فرو افتاده است و پرندگان او را در میان آسمان و زمین می‌ربایند، یا تندباد به مکانی دور پرتابش می‌کند.

... وَ مَنْ يُشْرِكْ بِاللَّهِ فَكَأَنَّما خَرَّ مِنَ السَّماءِ فَتَخْطَفُهُ الطَّيْرُ أَوْ تَهْوِي بِهِ الرِّيحُ فِي مَكانٍ سَحِيقٍ «... و هر کس شریکی برای خدا قرار دهد گویی از آسمان سقوط کرده و پرندگان (در وسط هوا) او را می‌ربایند و یا تندباد او را به مکانی دور پرتاب می‌کند.» «۲»

قرآن بر حالت خودباختگی و خسرانی که کافران از آن رنج می‌برند، با سوگند تأکید می‌ورزد.

وَ الْعَصْرِ إِنَّ الْإِنْسانَ لَفِي خُسْرٍ إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَ عَمِلُوا الصَّالِحاتِ وَ تَواصَوْا بِالْحَقِّ وَ تَواصَوْا بِالصَّبْرِ

---

(۱)- نحل: ۹۷.

(۲)- حج: ۳۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۷۹

«قسم به عصر. که انسان همه در خسارت و زیان است. مگر آنان که به خدا ایمان آورده و نیکوکار شدند و به درستی و راستی و پایداری در دین یکدیگر را سفارش کردند.» «۱»

ایمان به خداوند متعال و پیروی از روشی که در قرآن برای انسان ترسیم شده و تبعیت از سنّت و سیره پیامبر صلّی اللّه علیه و آله، تنها راه رهایی انسان از اندوه و اضطراب است «۲» و منتهی به امنیت و سعادت انسان می‌شود. همچنان که فقدان ایمان و عدم پیروی از روش الهی، سرانجام به اندوه و اضطراب و بدبختی منجر خواهد شد.

قالَ اهْبِطا مِنْها جَمِیعاً بَعْضُکُمْ لِبَعْضٍ عَدُوٌّ فَإِمَّا یَأْتِیَنَّکُمْ مِنِّی هُدیً فَمَنِ اتَّبَعَ هُدایَ فَلا یَضِلُّ وَ لا یَشْقی وَ مَنْ أَعْرَضَ عَنْ ذِکْرِی فَإِنَّ لَهُ مَعِیشَةً ضَنْکاً وَ نَحْشُرُهُ یَوْمَ الْقِیامَةِ أَعْمی « (خداوند) فرمود: هر دو (همچنین شیطان) از آن (بهشت) فرود آیید، در حالی که دشمن یکدیگر خواهید بود، ولی هرگاه هدایت من به سراغ شما آید هر کس از هدایت من پیروی کند نه گمراه می‌شود و نه در رنج خواهد بود. و هر کس از یاد من روی گردان شود زندگی تنگ (و سختی) خواهد داشت، و روز قیامت او را نابینا محشور کنیم.» «۳»

ب- ایمان و احساس وابستگی به گروه

قرآن، مؤمن را تشویق می‌کند که برادران ایمانی خود را دوست بدارد و به آنان نیکویی و مساعدت کند.

---

(۱)- سوره عصر.

(۲)- الاخلاق و السیر فی مداواة النفوس، ابو محمد علی بن سعیدبن حزم بن غالب، بیروت: دار الآفاق الجدیدة، ۱۹۷۸، ص ۱۵، ۱۶.

(۳)- طه: ۱۲۳، ۱۲۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۸۰

إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ فَأَصْلِحُوا بَیْنَ أَخَوَیْکُمْ وَ اتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّکُمْ تُرْحَمُونَ «مؤمنان برادر یکدیگرند، بنابراین میان دو برادر خود صلح برقرار سازید و تقوای الهی پیشه کنید تا مشمول رحمت او شوید.» «۱»

وَ الَّذِینَ تَبَوَّؤُا الدَّارَ وَ الْإِیمانَ مِنْ قَبْلِهِمْ یُحِبُّونَ مَنْ هاجَرَ إِلَیْهِمْ وَ لا یَجِدُونَ فِی صُدُورِهِمْ حاجَةً مِمَّا أُوتُوا وَ یُؤْثِرُونَ عَلی أَنْفُسِهِمْ وَ لَوْ کانَ بِهِمْ خَصاصَةٌ وَ مَنْ یُوقَ شُحَّ نَفْسِهِ فَأُولئِکَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ «و برای کسانی که در دار الهجرة (سرزمین مدینه) و در خانه ایمان، قبل از مهاجران مسکن گزیدند، آنها کسانی را که به سویشان هجرت کنند دوست می‌دارند و در دل خود نیازی به آنچه به مهاجران داده شده احساس نمی‌کنند و آنها را بر خود مقدم می‌دارند هر چند شدیدا فقیر باشند، کسانی که خداوند آنها را از بخل و حرص نفس خویش بازداشته رستگارند.» «۲»

فَوَیْلٌ لِلْمُصَلِّینَ الَّذِینَ هُمْ عَنْ صَلاتِهِمْ ساهُونَ الَّذِینَ هُمْ یُراؤُنَ وَ یَمْنَعُونَ الْماعُونَ «پس وای بر نمازگزاران که دل از یاد خدا غافل دارند. همانان که (اگر طاعتی کنند) به ریا و خودنمایی کنند. و زکات و احسان را از فقیران منع کنند.» «۳»

قرآن مسلمانان را به تعاون و همکاری و ایجاد جامعه‌ای متحد تشویق می‌کند، جامعه‌ای که مؤمن، خود را جزئی از بنای رفیع تکامل یافته آن حس کند.

---

(۱)- حجرات: ۱۰.

(۲)- حشر: ۹.

(۳)- ماعون: ۴- ۷.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۸۱

... وَ تَعاوَنُوا عَلَی الْبِرِّ وَ التَّقْوی وَ لا تَعاوَنُوا عَلَی الْإِثْمِ وَ الْعُدْوانِ ...

«... و همواره) در راه نیکی و پرهیزگاری با هم تعاون کنید و (هرگز) در راه گناه و تعدی همکاری ننمایید ...» «۱»

قرآن با تأکید بر نماز جماعت در روز جمعه که مسلمانان برای آشنا شدن با یکدیگر و نماز عبادت در مساجد اجتماع می‌کنند، بر ایجاد روحیه گروهی در نفس مسلمانان تأکید کرده است. پیامبر اکرم صلّی اللّه علیه و آله ضمن تشویق مسلمانان به برگزاری نماز جماعت، به آنها گوشزد فرموده است که این نماز، بر نماز فرادی برتری و فضیلت دارد.

تأکید قرآن درباره اظهار محبّت مسلمانان به یکدیگر و گردهمایی و اتحاد صفوف از یک سو باعث رشد عاطفه نوعدوستی در نفس، و تقویت آنان به ایثار و رعایت منافع مردم و بطور کلی جامعه می‌شود و از سوی دیگر موجبات تضعیف حالتهای انفعالی نفرت و کینه توزی و انگیزه‌های ظلم، تجاوز و تمایل به حب ذات و خودخواهی را فراهم می‌آورد. شکی نیست که توانایی در دوست داشتن مردم و انجام کار نیک و مفید برای جامعه، سبب تقویت احساس وابستگی به گروه و از بین رفتن احساس انزوا و تنهایی- که بیماران روانی از آن رنج می‌برند- می‌شود. اصولا احساس وابستگی فرد به گروه و توجه به نقش فعّال خود در جامعه، دارای اهمیّتی زیاد در سلامت روانی انسان است. بسیاری از روان درمانگران به اهمیّت روابط انسانی به منظور تأمین سلامت روانی توجه کرده‌اند مثلا آلفرد آدلر Alfred Adler کوشیده است بیماران روانی خود را راهنمایی کند که به دیگران توجه کنند و برای تأمین امکانات رفاهی و کمک به نیازمندان بکوشند. او معتقد بود که بیمار روانی هر چه در درون جامعه بیشتر و رابطه‌اش با مردم بهتر باشد بیماریش زودتر درمان خواهد شد. آدلر در این خصوص می‌گوید: «... هدف من از تمام این تلاشها جلب توجه بیماران خود نسبت به دیگران است، زیرا وقتی بیمار، درون گروه خویش جای گرفت و با افراد گروه به طور مساوی همکاری و مساعدت کرد، در واقع سلامت

---

(۱)- مائده: ۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۸۲

خود را باز یافته است. به نظر من مهمترین موضوعی که دین و مذاهب به آن سفارش کرده است، دوست داشتن همسایه و کمک کردن به اوست. فردی که از مساعدت دیگران سرباز می‌زند، شایسته است که سختیها و مشکلات بر او فرو بارد. تمام آنچه که زندگی از فرد می‌خواهد این است که کارگری تولید کننده و دوستدار مردم باشد و در محبت بکوشد.» «۱»

آدلر عقیده دارد که انسان می‌تواند با تقویت روابط خود با مردم و بطور کلی با جامعه بشری از طریق کارهای سودمند اجتماعی و اظهار محبت و دوستی، از احساس اضطراب رهایی یابد. به عبارت دیگر اضطراب انسان وقتی پایان می‌پذیرد که او بتواند وابستگی خود به بشریت را تحقق بخشد. «۲»

وابستگی فرد به گروه و دوستی گروه نسبت به فرد و ارتباط انسانی بین آنها، از عوامل مهمی است که به تشکیل شخصیتی سالم و تحقق امنیت خاطر و آرامش انسان کمکی شایان می‌کند.

ج- روش قرآن در روان درمانی

اشاره

برای ایجاد تعدیل یا تغییر شخصیت و رفتار افراد، ضرورت دارد که ابتدا درباره تعدیل یا تغییر افکار و گرایشهای فکری آنها اقدام شود چرا که رفتار انسان به مقدار زیادی تحت تأثیر افکار و گرایشهای او قرار دارد. به همین دلیل هدف اساسی روان درمانی، تغییر نوع تفکرات بیماران روانی درباره خودشان و مردم و زندگی و مشکلاتی است که قبلا از مقابله با آنها عاجز بودند و همین موجب اضطرابشان می‌شده است. اما بیمار روانی، با تغییر افکاری که در اثر درمان حاصل می‌کند، در برابر مشکلات و حل آنها توانا می‌شود و غالبا پس از درمان درك می‌کند، مشکلاتی که در گذشته سبب

---

(۱)- به نقل از: دیل کارنگی: دع القلق و ابدأ الحیاة، ترجمه عبد المنعم الزیادی، چاپ پنجم، قاهره: کتابخانه خانجی، ۱۹۵۶، ص ۲۶۲- ۲۶۴.

(۲)

Alfred Adler. Understanding Human Nature. New York: Greeberg Publishers, inc., ۱۹۲۷, p. - ۲۳۹; Rollo may: The Meaning of Anxiety. New York: The Ronaldpress Co., ۱۹۵۰. pp ۱۳۰- ۱۲۸.

اضطراب و بیماری‌اش می‌شدند، به آن اندازه‌ای که او تصور می‌کرد حایز اهمیت نبوده و در واقع دلیل موجهی برای اضطراب شدیدش به خاطر آنها وجود نداشته است.

اساسا یادگیری عملی است که در جریان آن، افکار، گرایشها، عادتها و رفتارهای انسان تعدیل می‌شود و تغییر می‌یابد. کار روان درمانی در اصل، تصحیح یادگیریهای نادرست گذشته است که بیمار در جریان آن با افکاری اشتباه، یا اوهامی درباره خود و دیگران و زندگی و مشکلات اضطراب انگیزی مواجه بوده است. بیمار روشهای مشخصی از رفتار دفاعی را- که به واسطه آنها از روبرو شدن با مشکلات فرار می‌کرده است می‌آموزد و از شدت اضطرابش کم می‌کند. روان درمانگر می‌کوشد افکار بیمار را تصحیح کند و او را وادارد که به خود و مردم و مشکلات خویش با دیدی واقع‌بینانه و درست بنگرد و به جای فرار از مشکلات، با آنها مقابله کند و همچنین، به جای ادامه دادن حالت درگیری روانی- که ناشی از عجز در حل مشکلات است-، در جهت حل آنها بکوشد. این تغییر نگرش، نسبت به خود و مردم و زندگی، بیمار را در مقابله با مشکلات و حل آنها توانا می‌سازد و به این ترتیب از درگیری روانی و اضطراب، رهایی می‌بخشد و این موضوع معمولا- باعث نشاط و طراوت زندگی بیمار و آغاز فعالیت نوینی در زندگی‌اش می‌شود، به طوری که انسان، لذت زندگی، رضایت روحی، آسودگی خاطر و خوشبختی را احساس می‌کند.

... إِنَّ اللَّهَ لا يُغَيِّرُ ما بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا ما بِأَنْفُسِهِمْ ...

«... خداوند سرنوشت هیچ قوم (و ملتی) را تغییر نمی‌دهد مگر آن که خود را تغییر دهند ...» «۱»

قرآن، به منظور تغییر افکار و گرایشها و رفتارهای مردم و هدایت آنها به صلاح و خیر، و نجات از گمراهی و جهل و ایجاد افکاری تازه درباره ماهیت و رسالت انسان و

---

(۱)- رعد: ۱۱.

ارزشهای اخلاقی و الگوهای والای زندگی، نازل شد. قرآن در مردم تغییراتی شگرف- که در پایه‌ریزی نظام جدید زندگی شخصی انسان و نظام روابط انسانی او در خانواده، یا بطور کلی، در جامعه، مؤثر بوده است-، ایجاد کرده و موفقیتهای بزرگی برای

تحت تأثیر قرار دادن شخصیتهای مردم به دست آورده است. به طور خلاصه می‌توان گفت، در میان تمام کتب آسمانی که در طول تاریخ نازل شده‌اند، قرآن به نحوی مطلوب و بی‌نظیر موفق شد، تغییراتی بسیار مؤثر در شخصیت مسلمانان و جامعه اسلامی به وجود آورد و در مـدتی کوتاه، از مسلمانان، افرادی با شخصیتی انسانی کامل و متعادل و آرام و مطمئن بسازد که آنها توانستند با نیروی خارق العاده این تغییر، دنیا را تکان دهند و مسیر تاریخ را دگرگون سازند. حال این سؤال پیش می‌آید که قرآن چگونه توانست روان عربها را درمان کند و شخصیت آنها را تغییر دهد؟ این همان سؤالی است که می‌کوشیم به پاسخ آن در ذیل دست یابیم.

۱- ایمان به توحید

تغییر عقیده (از شرک به توحید) در واقع نخستین چیزی بود که قرآن می‌خواست آن را در نفوس عربها ایجاد کند. از این رو، هدف آیاتی که در مرحله نخست دعوت اسلامی در مکه نازل شد، اساسا تأکید بر عقیده توحیدی بود. روش برتر قرآن در بلاغت، که عربها قبلا نظیر آن را ندیده بودند و نیز استدلالهای عقلی مقنع آن در عرضه موضوعات و احکام و ذکر داستانها و ضرب المثلها که برای توضیح و باز شدن مفاهیم و تقریب آنها به اذهان و جلب توجه شنوندگان آورده شده‌اند، و به کار بردن روشهای تشویق و تهدید برای ایجاد انگیزه یادگیری و تکرار برخی مفاهیم به منظور تثبیت آنها در اذهان و دیگر اصول یادگیری که ما قبلا در بحث یادگیری در قرآن (در فصل پنجم) آنها را ذکر کردیم، همه اینها در روی آوری مردم به دین جدید و ایمانشان به توحید، تأثیر فراوانی داشته است. ایمان به توحید، نخستین گام برای ایجاد تغییرات بزرگ در شخصیت بود، زیرا ایمان، نیرویی عظیم و معنوی در انسان به وجود می‌آورد که نوع برداشت وی را از مفهوم ذات خود، مردم، زندگی و کلّ هستی تغییر می‌دهد و او را به مفهومی جدید از زندگی و رسالت و مسؤولیتش در آن، معتقد می‌سازد و قلبش را از محبّت خداوند متعال و رسول

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۸۵

اکرم صلّی اللّه علیه و آله و مردم اطرافش و بطور کلی بشریت مالامال می‌کند و چنان که قبلا- درباره «ایمان و احساس امنیت» متذکر شدیم، نوعی احساس امنیت و آرامش در او برمی‌انگیزد.

۲- تقوا

تقوای الهی همراه و پیرو ایمان است و به این معناست که انسان با دوری از ارتکاب گناهان و التزام به روش الهی در زندگی، که قرآن بر ایمان ترسیم فرموده و رسول خدا صلّی اللّه علیه و آله بیان کرده است، خود را از غضب خداوندی حفظ کند. بنابراین انجام اوامر و ترک نواهی الهی همان تقواست.

مفهوم تقوا در بردارنده این معناست که انسان، بر انگیزه‌ها و انفعالها و تمایلات و خواسته‌های خود حاکمیت و تسلط دارد و تنها در حدودی که شرع مقدس اجازه می‌دهد به ارضای آنها می‌پردازد. مفهوم تقوا به معنای سرکوب کردن انگیزه‌های فطری نیست، بلکه تنها به معنای مهار کردن و تسلط یافتن بر آنها و ارضای‌شان در حدود اجازه شرع است. ما قبلا در بحث مهار کردن انگیزه‌ها در فصل اول که به موضوع «انگیزه‌ها در قرآن» اختصاص داشت، به این موضوع اشاره کردیم، مفهوم تقوا، در بردارنده این مطلب نیز هست که انسان در کارهای خود همواره باید در جستجوی حق، عدالت، امانت و راستی باشد و با مردم به خوبی رفتار کند و از تجاوز و ستم بپرهیزد. تقوا به این معناست که انسان تمام کارهایی را که به او محول شده است به نحو احسن انجام دهد زیرا او در اعمال خود به خاطر کسب رضایت و ثواب الهی همواره به خداوند متعال نظر دارد و این موجب می‌شود انسان برای این که کارهای خود را همیشه به نحوی مطلوب انجام دهد، به بهبود ذات و رشد تواناییها و اطلاعات خود بپردازد. تقوا به این معنا نیرویی است که انسان را به سوی رفتار بهتر و برتر و رشد و ارتقای نفس، و اجتناب از رفتار زشت و انحرافی و غیر انسانی راهنمایی می‌کند

و رسیدن به این مرحله مستلزم جهاد با نفس و سیطره برخواسته‌ها و تمایلات آن است. به این ترتیب، این انسان است که بر نفس خود مسلط می‌شود. بنابراین تقوا، یکی از عوامل اصلی رشد، تکامل و توازن شخصیت است و انسان را وا می‌دارد که نفس خود را رشد دهد و به عالیترین مراحل کمال انسانی

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۸۶

برساند.

یـا أَیُّهَا الَّذِینَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَ آمِنُوا بِرَسُولِهِ یُؤْتِکُمْ کِفْلَیْنِ مِنْ رَحْمَتِهِ وَ یَجْعَلْ لَکُمْ نُوراً تَمْشُونَ بِهِ وَ یَغْفِرْ لَکُمْ وَ اللَّهُ غَفُورٌ رَحِیمٌ «ای کسانی که ایمان آورده‌اید از خدا بپرهیزید، و به رسولش ایمان بیاورید، تا دو سهم از رحمتش به شما ببخشد و برای شما نوری قرار دهد که با آن (در میان مردم و در مسیر زندگی خود) راه بروید، و گناهان شما را ببخشد، و خداوند غفور و رحیم است.» «۱»

یـا أَیُّهَا الَّذِینَ آمَنُوا إِنْ تَتَّقُوا اللَّهَ یَجْعَلْ لَکُمْ فُرْقاناً وَ یُکَفِّرْ عَنْکُمْ سَیِّئاتِکُمْ وَ یَغْفِرْ لَکُمْ وَ اللَّهُ ذُو الْفَضْلِ الْعَظِیمِ «ای کسانی که ایمان آورده‌اید اگر از (مخالفت فرمان) خدا بپرهیزید برای شما وسیله‌ای برای جدایی حق از باطل قرار می‌دهد (و روشن‌بینی خاصی که در پرتو آن حق را از باطل خواهید شناخت) و گناهان شما را می‌پوشاند و شما را می‌آمرزد و خداوند فضل و بخشش عظیم دارد.» «۲»

یا أَیُّهَا الَّذِینَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَ قُولُوا قَوْلًا سَدِیداً یُصْلِحْ لَکُمْ أَعْمالَکُمْ وَ یَغْفِرْ لَکُمْ ذُنُوبَکُمْ وَ مَنْ یُطِعِ اللَّهَ وَ رَسُولَهُ فَقَدْ فازَ فَوْزاً عَظِیماً

---

(۱)- حدید: ۲۸. «یُؤْتِکُمْ کِفْلَیْنِ مِنْ رَحْمَتِهِ» یعنی دو برابر از رحمتش به شما می‌دهد. «وَ یَجْعَلْ لَکُمْ نُوراً تَمْشُونَ بِهِ» یعنی برای شما هدایتی قرار می‌دهد که موجب بینایی شما در کوری و جهالت است. مختصر تفسیر ابن کثیر، ج ۳، ص ۴۵۶.

(۲)- انفال: ۲۹. «فرقانا» یعنی قدرتی که به واسطه آن می‌توانید حق را از باطل تشخیص دهید. المنتخب فی تفسیر القرآن الکریم، ص ۲۴۷، المختصر فی تفسیر ابن کثیر، ج ۲، ص ۹۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۸۷

«ای کسانی که ایمان آورده‌اید از خدا بپرهیزید و سخن حق و درست بگویید. تا خدا اعمال شما را اصلاح کند و گناهانتان را بیامرزد و هر کس اطاعت خدا و رسولش کند به رستگاری (و پیروزی) عظیمی نایل شده است.» «۱»

... وَ مَنْ یَتَّقِ اللَّهَ یَجْعَلْ لَهُ مِنْ أَمْرِهِ یُسْراً «... و هر کس متقی و خدا ترس باشد خدا (مشکلات) کار او را در (دو عالم) آسان می‌گرداند.» «۲»

۳- عبادات

اشاره

گرچه تغییر افکار، گام نخست و ضروری برای تغییر شخصیت و رفتار فرد است، اما یادگیری رفتارهای جدید نیز مستلزم ممارست طولانی است، یعنی برای تثبیت و استقرار در نفس نیاز به تمرین دارد. ما قبلاً در فصل پنجم، فصل «یادگیری در قرآن» به اهمیت مشارکت فعال یادگیرنده در عمل یادگیری اشاره کرده‌ایم. در آن جا، تجربه‌ای را یادآور شدیم که روشن می‌کرد افرادی که کلمات را برای یادگیری بر زبان می‌آورند و تکرار می‌کنند آنها را سریعتر از افرادی یاد می‌گیرند که تنها به شنیدن و دیدن و نمایش کلمات در برابر خود (از طریق فیلم) اکتفا می‌کنند ولی به زبان نمی‌آورند. در زمینه‌های یادگیری مهارتهای حرکتی و حرفه‌های فنی و شغلی مختلف، اهمیت مشارکت فعال امری بدیهی است، زیرا فرد بدون ممارست عملی و تمرین این گونه مهارتها

و حرفه‌ها نمی‌تواند آنها را یاد بگیرد.

در روان درمانی، برای درمان بیمار تنها کافی نیست که او به شناخت ماهیت مشکلات و تغییر فکر خود نسبت به آنها و نیز تغییر بینش نسبت به خود و زندگی دست یابد، بلکه علاوه بر این کسب مهارتهای جدید در زندگی توسط بیمار روانی و پیاده کردن افکار

---

(۱)- احزاب: ۷۰، ۷۱.

(۲)- طلاق: ۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۸۸

جدید درباره خود و مردم در زمینه‌های تازه ضرورت دارد. به این ترتیب، او خود می‌بیند که رفتار جدیدش سبب موفقیتهایی در روابط انسانی وی شده، و تغییراتی روشن در رفتار دیگران نسبت به او به وجود آمده است. بیمار می‌بیند که مردم نسبت به او به میزان زیادی اظهار عواطف مثبت مانند صداقت و محبت و قدردانی می‌کنند. به این ترتیب، با ممارست عملی رفتارهای تازه ناشی از افکار جدید در زندگی و نتایج رضایتبخشی که این ممارست در بردارد، تغییر زیادی در شخصیت بیمار ایجاد می‌شود و او را با گامهایی سریع به سوی درمان پیش می‌برد. قرآن برای پرورش شخصیت مردم و ایجاد تغییر در رفتار آنان، روش کار و ممارست عملی در زمینه افکار و عادات جدید رفتاری را که در نظر دارد در نفوس آنان تحکیم بخشد، به کار گرفته است. و خداوند متعال به همین منظور عبادات مختلفی همچون نماز، روزه، زکات و حج را واجب کرده است. انجام منظم و مرتب این عبادات در اوقاتی معین، اطاعت از خداوند و امتثال اوامر الهی را به مؤمن یاد می‌دهد و باعث می‌شود که او همواره با خضوعی کامل در تمام کارها به خداوند نظر داشته باشد. همچنین، صبر و تحمل سختیها و جهاد با نفس و تسلط بر خواسته‌ها و خواهشها و اظهار محبت و نیکی به مردم را به او می‌آموزد و روحیه همکاری و همبستگی اجتماعی او را رشد می‌دهد. اینها همه خصلتهای پسندیده‌ای است که یک شخصیت بهنجار و رشد یافته و متکامل را از دیگران جدا می‌سازد. شکی نیست که انجام مخلصانه و منظم این عبادتها باعث می‌شود که مؤمن بتواند چنین خصوصیاتی را تحصیل کند، خصوصیاتی که پایه‌های درست سلامت روانی او را تشکیل می‌دهد و او را از ابتلا به بیماری روانی حفظ می‌کند، چنان که توضیحات ذیل روشنگر تأثیر عبادات بر شخصیت مسلمان است.

۳- ۱ نماز:

کلمه «نماز» نشان می‌دهد که رابطه‌ای بین انسان و پروردگارش وجود دارد. «۱» زیرا انسان در نماز با خضوع و خشوع در برابر پروردگار و آفریدگار تمام هستی می‌ایستد، او با جسم نحیف و ضعیف خود در برابر خدای بزرگ قادر و توانا قرار می‌گیرد، خدایی که بر

---

(۱)- نماز [صلاة در عربی] از ریشه صلة (وصل) به معنای پیوند و رابطه است.- م.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۸۹

تمام ذرّات هستی حاکم، و مدبّر امور در آسمانها و زمین است، خدایی که مرگ و زندگی در ید قدرت اوست و رزق و روزی را بین مردم تقسیم می‌کند و قضا و قدر و هر خیر و شری که به ما می‌رسد، به امر او انجام می‌پذیرد. وقوف خاشعانه و خاضعانه انسان در نماز در برابر خداوند متعال، به او نیرویی معنوی می‌بخشد که حسن صفای روحی و آرامش قلبی و امنیت روانی را در او برمی‌انگیزد، چون انسان در نماز- البته در صورتی که به طور صحیح و شایسته برگزار شود- با تمام اعضای بدن و حواس خود

متوجه خدا می‌شود و از همه اشتغالات و مشکلات دنیا روی برمی‌گرداند و به هیچ چیز، جز خدا و آیات قرآن که در نماز بر زبان می‌آورد، فکر نمی‌کند. همین روی گردانی کامل از مشکلات و هموم زندگی و نیندیشیدن به آنها در اثنای نماز، باعث ایجاد حالتی از آرامسازی «۱» کامل و آرامش روان و آسودگی عقل در انسان می‌شود. این حالت آرامسازی و آرامش روانی ناشی از نماز، از نظر درمانی تأثیر بسزایی در کاهش شدّت تشنّجات عصبی- ناشی از فشار زندگی روزانه و پایین آوردن حالت اضطرابی که برخی از مردم دچار آن هستند- دارد. دکتر «توماس هایسلوپ» می‌گوید: مهمترین عامل خواب آرامبخش که من در طول سالهای متمادی تجربه و مهارتم در مسائل روانی به آن پی بردم، همین نماز است، من به عنوان یک پزشک می‌گویم مهمترین وسیله ایجاد آرامش در روان و اعصاب انسان که من تاکنون شناخته‌ام، نماز است. «۲»

«آرامسازی»، یکی از وسایل مورد استفاده برخی از روان درمانگران جدید برای درمان بیماریهای روانی است و انسان می‌تواند آن را از طریق تمرین بیاموزد. خواندن نماز، آن هم پنج بار در روز، خود بهترین برنامه تمرین آرامسازی و فراگیری آن می‌تواند باشد و معمولا- وقتی انسان کیفیت آرامسازی را یاد بگیرد می‌تواند از تشنجات عصبی ناشی از فشارها و گرفتاریهای زندگی رها شود. پیامبر اکرم صلّی اللّه علیه و آله به هنگام فرا رسیدن اوقات نماز می‌فرمود: «ای بلال، ما را با نماز به آرامش وادار» و در حدیث آمده است که:

---

(۱)- جمال ماضی ابو العزائم: القرآن و علم النفس. و اسامه محمد الراضی: الاسلام و امراض العصر. ندوة علم النفس و الاسلام، دانشکده علوم تربیتی دانشگاه ریاض (به صورت پلی کپی) جلد اول، ۱۹۷۸.

(۲)- دیل کارنگی، دع القلق و ابدأ الحیاة، ص ۳۵۹، ۳۶۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۹۰

«هرگاه امری بر رسول خدا سخت می‌آمد به نماز می‌ایستاد». «۱» و نیز رسول اکرم صلّی اللّه علیه و آله فرمودند: «روشنایی چشم من در نماز است.» «۲»

حالت تمدد اعصاب و آرامش روانی ناشی از نماز، انسان را از اضطرابی که بیماران روانی همواره از آن رنج می‌برند، می‌رهاند. چون این حالتها معمولا- تا مدتی پس از نماز نیز در انسان باقی می‌مانند و ادامه می‌یابند. انسان گاهی در حالت تمدد اعصاب و آرامش روانی پس از نماز، با امور یا مواردی اضطراب انگیز روبرو می‌شود یا آنها را به یاد می‌آورد. تکرار حدوث این موارد یا یادآوری آنها در حالت تمدد اعصاب و آرامش نفسانی پس از نماز، به «خاموش شدن» تدریجی اضطراب در انسان منجر می‌شود و اصولا- این امور یا موارد اضطراب انگیز به حالت آرامش روانی پس از نماز ارتباط می‌یابد و به این ترتیب، فرد از اضطراب و نگرانی ناشی از این امور یا موارد، رها می‌گردد.

این تأثیر مهم که نماز در درمان اضطراب دارد، شبیه تأثیر روشن روان درمانی برخی از روان درمانگران رفتارگرای معاصر برای درمان اضطراب بیماران روانی است. این روان درمانگران مانند «جوزف ولپه» از روشی پیروی می‌کنند که به «منع متقابل» «۳» معروف است و نام «درمان از طریق آرامسازی» یا «درمان از طریق کاهش حساسیت انفعالی» بدان اطلاق می‌شود. در این روش، درمانگر، ابتدا بیمار روانی را برای ایجاد تمدد اعصاب عمیق، تمرین می‌دهد. هنگامی که مریض در حالت تمدد اعصاب قرار دارد درمانگر از او می‌خواهد که یکی از اشیای اضطراب انگیز را در ذهن خود تصور کند. البته درمانگر در این مورد کار را با برنامه‌ای مشخص دنبال می‌کند، یعنی از اشیای برانگیزنده اضطرابهای خفیف شروع می‌کند تا بتدریج به موارد اضطراب انگیزتر منتهی شود. وقتی به هنگام تصور امر اضطراب برانگیز، حالت اضطراب به بیمار دست می‌دهد، درمانگر از او می‌خواهد که آن تصور را از ذهن خود دور سازد و بار دیگر به حالت تمدد اعصاب باز گردد. پس از این که بیمار آرام می‌گیرد و به حالت تمدد اعصاب

برمی گردد، باز از او خواسته می‌شود که همان امر اضطراب انگیز را دوباره تصور کند و

(۱)- مختصر تفسیر ابن کثیر، ج ۱، ص ۱۴۲.

(۲)- این حدیث را طبری در «الاوسط» روایت کرده است. به نقل از سعید حوی: تربیتنا الروحیهٔ، ص ۲۳۱.

(۳)- Reciprocal Inhibition

قرآن و روانشناسی، ص: ۳۹۱

درمان با این روش همچنان ادامه می‌یابد تا هنگامی که بیمار بتواند آن عامل اضطراب برانگیز را در حالت تمدد اعصاب بدون احساس اضطراب تصور کند. پس از این مرحله، بیمار به تصور کردن امری اضطراب برانگیزتر- البته در همان حالت تمدد اعصاب- رهنمون می‌شود و به این ترتیب درمان همچنان ادامه می‌یابد تا این که بیمار بطور کلی از اضطراب رهایی یابد. روش ولپه و روان درمانگران رفتارگرای دیگر اساسا بر اصول «شرطی کردن» «۱» استوار است. در این روش درمانگر می کوشد میان موارد اضطراب انگیز و واکنش مخالف اضطراب، یعنی همان حالت تمدد اعصاب «۲» رابطه ایجاد کند.

می‌بینیم که وجه تشابه میان روش روان‌درمانی که روان درمانگران رفتارگرا استفاده می کنند و اثر درمانی منتج از نماز، بسیار مشهود است. زیرا اقتران حالت تمدد اعصاب و آرامش روانی ناشی از نماز- که معمولا برای مدتی پس از نماز ادامه می‌یابد- با موارد اضطراب برانگیزی که در اثر مواجهه عملی با آنها در زندگی، و یا در اثر یادآوری آنها به وجود می‌آیند، در نهایت باعث ایجاد رابطه‌های شرطی تازه، میان عوامل اضطراب برانگیز و واکنش تمدد اعصاب و آرامش روانی ناشی از نماز می گردد و می‌دانیم که واکنش حالت آرامش پس از نماز در واقع واکنشی مخالف با اضطراب است.

بنابراین، انسان از اضطراب رها می‌شود و این همان روشی است که روان درمانگران رفتارگرا- چنان که قبلا هم اشاره کردیم- برای درمان اضطراب به کار می گیرند.

انسان پس از نماز، بلافاصله به ذکر و دعا و تسبیح می‌پردازد و این خود به تداوم حالت تمدد اعصاب و آرامش روانی- برای مدتی پس از نماز- کمك می کند. اصولا انسان در دعا، با خدای خود به مناجات می‌پردازد و از مشکلاتی که او را در زندگی ناراحت و مضطرب ساخته است، به درگاهش پناه می‌برد و با بازگو کردن رنج و اندوه خود از خدا می‌خواهد که در حل مشکلات و برآوردن نیازها به او کمك کند. همین بازگو

(۱)- Conditioning

(۲)- ریچارد م. شواین: علم الامراض النفسیهٔ و العقلیهٔ، ص ۸۴۶- ۸۵۴؛ رابرت هاربر: التحلیل النفسی و العلاج النفسی. ترجمه سعد جلال. قاهره: الهیئهٔ المصریهٔ العامهٔ للکتاب، ۱۹۷۴، ص ۱۶۷- ۱۶۹؛ شلدون کاشدان:

علم نفس الشواذ، ص ۲۳۲- ۲۳۵؛ جولیان روتر: علم النفس الاکلینیکی، ص ۱۸۴، ۱۸۵.

قرآن و روانشناسی، ص: ۳۹۲

کردن مشکلات اضطراب انگیز در چنین حالتی از آرامش روانی، منجر به رهایی از اضطراب- به همان روشی که قبلا شرح دادیم، یعنی از طریق ایجاد ارتباط شرطی جدید میان مشکلات و حالت تمدد اعصاب و آرامش روانی می‌شود. بدین ترتیب مشکلات به تدریج قدرت اضطراب زایی خود را از دست می‌دهد و با حالت تمدد اعصاب و آرامش روانی که حالتی مخالف اضطراب است، به صورت رابطه‌ای شرطی شده، پیوند می‌یابد.

علاوه بر این، آشکار کردن مشکلات و مسائل و بیان آنها برای شخصی دیگر، موجب آرامش روانی انسان خواهد شد. در میان

روان درمانگران، معروف است که یادآوری مشکلات و بازگویی آنها توسط بیمار، خود باعث کاهش شدت اضطراب می‌شود. حال که حالت روانی انسان با آشکار کردن مشکلات در حضور یک دوست صمیمی و یا روان درمانگر رو به بهبود می‌رود، تصور کنید که همین انسان اگر مشکلات خود را برای خدا بازگو کند و پس از هر نماز به مناجات با پروردگار و دعا و استغاثه به درگاه او و طلب یاری از او بپردازد، حالت روانی‌اش چقدر بهبود خواهد یافت.

افزون بر این، باید توجه داشته باشیم که صرف دعا و تضرع به درگاه خداوند، باعث کاهش شدت اضطراب می‌شود، زیرا مؤمن می‌داند که خداوند متعال در قرآن کریم فرموده است:

وَ قالَ رَبُّكُمُ ادْعُونِی أَسْتَجِبْ لَكُمْ ...

«پروردگار شما فرمود مرا بخوانید تا (دعای) شما را مستجاب کنم ...» «۱»

وَ إِذا سَأَلَكَ عِبادِی عَنِّی فَإِنِّی قَرِیبٌ أُجِیبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذا دَعانِ ...

«و هنگامی که بندگان من از تو درباره من سؤال کنند (بگو) من نزدیکم!، دعای دعا کننده را به هنگامی که مرا می‌خواند پاسخ می‌گویم ...» «۲»

---

(۱)- غافر: ۶۰.

(۲)- بقره: ۱۸۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۹۳

به همین دلیل است که دعا به درگاه خداوند از شدت اضطراب انسان می‌کاهد. زیرا مؤمن امیدوار است که خداوند دعایش را مستجاب، مشکلاتش را حل و حاجاتش را برآورده و اندوه و اضطرابش را رفع سازد. با قطع نظر از این که آیا خداوند متعال عملا دعای انسان را مستجاب می‌کند یا نه، اصولا صرف روی آوردن به خدا از طریق دعا و امیدواری انسان به استجابت خداوند متعال، از طریق تلقین این مطالب که احتمال استجابت دعا توسط خداوند وجود دارد، منجر به کاهش شدّت اضطراب وی خواهد شد.

روشن است که اضطراب، از عجز انسان در برابر حل تضادهای روانی وی ناشی می‌شود و اصولا- بخش بزرگی از نیروی روانی انسان برای حلّ تضادهای روانی مصرف می‌شود. به همین دلیل است که بیماران روانی نمی‌توانند به طور صحیح، تواناییها و امکاناتشان را بروز دهند، چون تضادهای روانی آنها، نیروی‌شان را مصرف می‌کند و باعث تعطیل شدن تواناییها و امکاناتشان می‌شود. اما همین بیماران روانی، وقتی درمان می‌شوند و نیروهای روانی آنان از قید و بند تضادهای روانی آزاد می‌شود، معمولا اظهار شادابی و نشاط می‌کنند و نیروی‌شان برای کار و تولید افزایش می‌یابد.

ملاحظه می‌شود، همان نتیجه‌ای که از یک روان‌درمانی موفق حاصل می‌شود، از نماز استنتاج می‌گردد. زیرا آن احساس امنیت و رهایی از اضطراب را که نماز در انسان ایجاد می‌کند، باعث آزاد شدن نیروی روانی او می‌شود، نیرویی که قبلا- در زنجیرهای اضطراب و نگرانی مقید و زندانی بود. در نتیجه انسان، حالت نشاط و طراوت را در تمام وجودش احساس می‌کند.

البته باید توجه داشته باشیم که تأثیر نماز از جنبه دیگر، بسیار بیشتر از تأثیر روان درمانی آن است. زیرا علاوه بر آزاد شدن نیروی روانی انسان از زنجیر اضطراب، اصولا رابطه معنوی میان انسان و خداوند در اثنای نماز، به او آن چنان نیروی معنوی می‌بخشد که مایه تجدید امید، تقویت اراده و آزاد شدن تواناییهای عظیم وی می‌شود، تواناییهایی که او را بر تحمّل سختیها و انجام کارهای بسیار بزرگ قادر می‌سازد. در واقع تواناییها و نیروهای عظیمی در وجود انسان نهفته است که معمولا بخش کوچکی از آنها را به کار می‌گیرد. ویلیام جیمز در این خصوص می‌گوید:

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۹۴

«اگر ما خود را در مقایسه با آنچه که باید باشیم بسنجیم، می‌فهمیم که موجودی نیمه زنده هستیم، زیرا ما تنها گوشه کوچکی از نیروهای بدنی و ذهنی خود را به کار می‌گیریم، یا به عبارت دیگر، هر فرد از ما، در محدوده‌های تنگی که در درون مرزهای حقیقی خود می‌سازد زندگی می‌کند. انسان دارای نیروهای گوناگون و فراوان است، اما معمولاً به آنها توجه ندارد، یا نمی‌تواند آنها را به کار گیرد.» «۱»

همین رابطه معنوی انسان با پروردگار در طول نماز و دریافت نوعی فیض الهی، یا بارقه روحانی از خداوند متعال، باعث رها شدن نیروهای معنوی مستتر در انسان می‌شود و عزمش را جزم، اراده‌اش را قوی و همتش را بلند می‌گرداند. در نتیجه، برای پذیرش علم و معرفت آماده‌تر، و برای انجام کارهای بزرگ، تواناتر می‌شود. پزشک فرانسوی «الکسیس کارل» ثابت کرد که نماز سبب ایجاد نشاط معنوی مشخصی در انسان می‌گردد و همین حالت است که احتمالا منجر به شفای سریع برخی از بیماران در زیارتگاهها و معابد می‌شود. «۲»

سیرل برت، روان شناس انگلیسی بعدها نظریه ویلیام جیمز را درباره تأثیر نماز مورد تأکید قرار داده و گفته است:

«ما به واسطه نماز می‌توانیم وارد انبار بزرگی از نشاط عقلانی شویم که در شرایط عادی یا رأی وصول بدان را نداریم. این مطلب مأخوذ از تفکّر یکی از مشهورترین روان شناسان، ویلیام جیمز، است.» «۳»

علاوه بر مسائل فوق، اصولا- نماز جماعت تأثیر درمانی مهمی دارد زیرا رفت و آمد فرد به مسجد برای ادای نماز جماعت به او فرصت می‌دهد که همسایگان و بسیاری دیگر از افراد ساکن محله خود را بشناسد و همین آشنایی موجب همکاری او با دیگران و ایجاد روابط سالم اجتماعی و برقراری دوستی و مودّت با مردم می‌شود. اصولا این گونه روابط اجتماعی دوستانه و مودّت آمیز با دیگران، نه تنها به رشد شخصیت و

---

(۱)- دیل کارنگی، دع القلق و ابدأ الحیاة، ص ۲۳۹.

(۲)- الکسیس کارل: الانسان ذالك المجهول، چاپ سوم، ترجمه شفیق اسعد فرید، بیروت: مکتبة المعارف، ۱۹۸۰، ص ۱۷۰، ۱۷۱.

(۳)- سیرل برت: علم النفس الدینی، ترجمه سمیر عبده، دمشق: دار دمشق للطباعة و النشر، ص ۲۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۹۵

رشد انفعالی فرد کمك می‌کند، بلکه نیاز تعلق او را به گروه و پذیرش او را از سوی گروه، تأمین و اشباع می‌نماید. این خود عامل پیشگیری از اضطرابی می‌شود که برخی از مردم در اثر احساس تنهایی و انزوا و عدم تعلق به گروه و یا احساس عدم پذیرش توسط گروه، از آن رنج می‌برند.

همچنین نماز جمعه نقش درمانی مهمی را ایفا می‌کند. زیرا نمازگزاران جمعه به خطبه‌های نماز گوش فرا می‌دهند که امام جمعه در جریان آن معمولا برخی از مشکلات اجتماعی و حیاتی را که مردم درگیر آنها هستند، مطرح می‌کند و به تشریح علل پیدایش، و راه درمان آنها می‌پردازد. امام جمعه برخی از رفتارهای انحرافی و نابهنجار را مورد بحث قرار می‌دهد و به تشریح علل پیدایش و بیان راههای غلبه بر آنها می‌پردازد.

بی‌شك نمازگزاران، با استماع چنین خطبه‌هایی که مشکلات اجتماعی و فردی آنها را تشریح می‌کند، استفاده می‌برند. نصایح و راهنماییهای ارزنده‌ای که از سوی امام جمعه، در خصوص چگونگی مقابله با مشکلات و غلبه بر آنها و نیز روشهای رفتار بهنجار و سالمی که موجب تحقق امنیت روانی و جمعیت خاطر فرد، به آنها ارائه می‌شود، بهره می‌گیرند.

نماز جمعه، آثار پیشگیرانه و درمانی دارد: اثر پیشگیرانه نماز جمعه به این صورت است که به فرد شرکت کننده از کودکی کمك می‌کند تا به انواع معلومات دینی و ارشادهای عملی که جهت رفتارش را در زندگی به نحو صحیحی مشخص و قدرتش را در

مواجعه بـا مشـكلات افزون مى كنـد، دست يابـد. امّـا اثر درمانى آن، مربوط مى‌شود به تأثيرى كه خطبه‌ها در بالا بردن سـطح بينش فرد- و مشـكلاتى كه از آن رنـج مى‌برد و نيز تقويت اراده‌اش در برابر سـختيها و غلبه بر آنها- دارد. برخى افراد پس از نماز، درباره مشـكلات خود بـا امـام به مـذاكره مى‌نشـينند و بـا راهنماييهاى او از اضـطراب خود مى كاهنـد. بطور كلى نماز جماعت و بويژه نماز جمعه، به همان اندازه در تكوين و استحكام شخصيت افراد و درمان آن مؤثر است كه روان درمانى گروهى.

كلاپمانKlapman و ديگران، به نوعى «روان درمانى تربيتى گروهى» پرداخته‌اند «۱» و

---

(۱)- رابرت هاربر: التحليل النفسى و العلاج النفسى، ترجمه سعد جلال، ص ۲۰۹، ۲۱۰.

قرآن و روان‌شناسى، ص: ۳۹۶

براى افزايش بينش بيمـاران دربـاره مشـكلات و انـواع تضادهـاى روانى كـه دچـار آن هسـتند و نيز مكانيسـمهاى دفـاعى كه از آنها اسـتفاده مى كننـد و اطلاعـات و مهارتهـاى ديگرى كه بيماران روانى به كمك آنها براى غلبه بر مشـكلات نياز دارنـد، سـخنرانيهاى ارشـادى ايراد كرده‌انـد. بـديهى است كه اين نوع روان درمانى تربيتى گروهى، اساسا شبيه اثرى است كه خطبه‌هاى نماز جمعه براى درمان يا پيشگيرى برخى مشكلات خفيف روانى ناشى از فشار زندگى، از خود باقى مى گذارد. «۱»

در اين جـا نكته‌اى قابـل توجه است و آن اين كه روان درمـانى معمولاـ پس از بروز بيمـارى روانى، انجام مى‌شود. اما نماز، و بويژه نماز جمعه از دچار شدن فرد به بيمارى روانى پيشگرى مى كند و بدون شك پيشگيرى از درمان بهتر است. از اين رو، نماز، با روان درمانى قابل مقايسه نيست. اخيرا بعضـى از روان شـناسان به موضوع پيشـگيرى از بيمارى روانى- چنان كه قبلا نيز اشاره شـد- توجه نشان داده‌اند.

مطلب ديگر اين كه «وضو» به عنوان مقدمه نماز، نه تنها موجب تطهير جسم از آلودگيها مى‌شود، بلكه تطهير روح را در بر مى گيرد. بـا گرفتن وضو- در صورتى كه به طور صـحيح انجـام شود- مؤمن احسـاس مى كنـد جسم و روحش از آلودگى گناهـان و لغزشـها پـاك شـده است. اين احساس پاكى و طهارت جسـمى و روحى انسان را براى ارتباط معنوى با خداونـد و ورود به حالت آرامسازى جسمى و روحى در نماز، آماده مى‌سازد.

وضو علاـوه بر اين تأثير روانى، تأثير فيزيولوژيك نيز دارد كه برخى از نويسـندگان و پزشـكان به آن اشاره كرده‌انـد. «۲» زيرا ثابت شده است كه شستن قسمتهايى از بدن، آن هم روزانه پنج بار و در فاصله‌هاى مشخصى از كار روزانه، باعث استراحت و آرامسازى

---

(۱)- امـا امروزه مشاهـده مى‌شود كه نمـاز جمعه غالبـا اثر پيشـگيرى از اضـطرابهاى رفتـارى يا درمان تنها را به ترتيبى كه ما وصـف كرديم، ايفا نمى كند. علت اين است كه بسـيارى از ائمه جمعه، آمادگى كافى براى انجام اين وظيفه را ندارند. ضرورت دارد كه در آمـاده سازى ائمه جمعه طورى تجديـدنظر شود كه جنبه‌هاى فرهنگ عمومى و روانى كافى براى ايفاى نقششان به عنوان راهنمايان مردم آن هم نه تنها در جنبه‌هاى دينى، بلكه در بسيارى از جنبه‌هاى زندگى اجتماعى و شخصى در نظر گرفته شود.

(۲)- جمـال ماضـى ابـو العزائم: القرآن و علم النفس، كنفرانس «روان‌شناسـى و اسـلام» دانشـكده علـوم تربيـتى دانشـگاه ريـاض (به صورت پلى كپى) جلد اول، ۱۹۷۸.

قرآن و روان‌شناسى، ص: ۳۹۷

عضـلات و تخفيف شدت تشـنج جسـمى و روانى انسان مى‌شود. از اين رو، مى‌بينيم پيامبر اكرم صلّى اللّه عليه و آله سفارش فرموده است: كه انسان هنگام خشم وضو بگيرد: «اذا غضبت فتوضّأ». «۱»

۳- ۲ روزه:

روزه از نظر روان انسان دارای فوایدی بسیار، و موجب پرورش و تهذیب نفس و درمان بسیاری از بیماریهای روانی و جسمی است. خودداری از خوردن و آشامیدن [پیش از فجر تا غروب آفتاب] نوعی تمرین و مقاومت در برابر شهوات و تسلط بر آنهاست و بدین ترتیب، روح تقوا در انسان دمیده می‌شود:

یا أَیُّهَا الَّذِینَ آمَنُوا کُتِبَ عَلَیْکُمُ الصِّیامُ کَما کُتِبَ عَلَی الَّذِینَ مِنْ قَبْلِکُمْ لَعَلَّکُمْ تَتَّقُونَ «ای افرادی که ایمان آورده‌اید، روزه بر شما نوشته شد همان‌گونه که بر کسانی که قبل از شما بودند نوشته شده، تا پرهیزکار شوید.» «۲»

یعنی «شاید از ارتکاب گناهان پرهیز کنید چرا که روزه، شهوات را که منبع و مبدأ گناهان هستند می‌شکند». «۳» در حدیث شریف نبوی، که بخاری و ابو داود روایت کرده‌اند، چنین آمده است: «روزه همچون سپری «۴» است، هرگاه فردی از شما روزه باشد، باید بدزبانی و بی‌خردی و سبکسری را کنار بگذارد و اگر کسی با او نزاع و یا فحاشی کند، باید بگوید: من دوبار روزه هستم (روزه از غذا و روزه از ناسزاگویی)، سوگند به کسی که جان محمّد صلّی اللّه علیه و آله در قبضه قدرت اوست هر آینه بوی دهان روزه‌دار از بوی مشک پیش خدا خوشبوتر است، روزه‌داری که غذا و آب و شهوات را به خاطر من ترک

---

(۱)- اسامهٔ محمد الراضی: الاسلام و امراض العصر. کنفرانس «روان‌شناسی و اسلام» دانشکده علوم تربیتی دانشگاه ریاض، (به صورت پلی کپی)، جلد اول، ۱۹۷۸.

(۲)- بقره: ۱۸۳.

(۳)- تفسیر جلالین، ص ۲۵.

(۴)- یعنی مانعی در برابر گناهان است.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۹۸

می‌کند، من خود پاداش روزه را می‌دهم و هر حسنه ده برابر پاداش دارد.» «۱»

تداوم تمرین مهار کردن شهوات و تسلط بر آنها به مدت یکماه، سبب تقویت اراده انسان می‌شود و می‌تواند رفتارهای صحیح زندگانی را بیاموزد و مسؤولیتها و وظایف خود را بخوبی انجام دهد. با انگیزه‌ای برخاسته از ضمیر خود همواره به انجام رفتارهای نیکو ملتزم و متعهد باشد.

روزه انسان را در برابر گرسنگی و تشنگی و شهوات، مقاوم و صبور می‌کند و خصلت صبر را که در جریان روزه می‌آموزد به جنبه‌های دیگر زندگی خود تعمیم می‌دهد. اصولا صبر از خصلتهای پسندیده است و خداوند سفارش می‌کند که انسان خود را به آن آراسته سازد، چرا که بهترین یار انسان در تحمّل سختیهای زندگی و جهاد با نفس و مقاومت در برابر هواها و شهوات نفسانی صبر است. در آینده پیرامون صبر، توضیح خواهیم داد.

از فواید روانی روزه برانگیخته شدن عواطف اغنیا و مهربانی آنها نسبت به فقراست زیرا خود رنج گرسنگی را احساس می‌کنند و به نیکی و احسان بینوایان می‌پردازند و همین مسائل، روح تعاون و همکاری و همیاری اجتماعی را تقویت می‌کند.

بعلاوه، روزه دارای فواید طبی و موجب درمان برخی از بیماریهای جسمی است.

معروف است که سلامت جسم انسان تأثیر بسزایی در سلامت روان او دارد.

۳- ۳ زکات:

در مکتب اسلام، یکی از فرایض «زکات» است و بر مسلمانان واجب است که هر سال مقدار مشخصی از مال خود را به فقرا و نیازمندان انفاق کند. زکات احساس مشارکت وجدانی مسلمانان را با فقرا و مساکین تقویت می کند و باعث می‌شود که در قبال مسؤولیت، در جهت خوشبختی و رفاه آنان تلاش کنند. فریضه زکات، نوعدوستی را به مسلمانان می‌آموزد و انسان را از خودمحوری و خودخواهی و بخل و آز نجات می‌دهد.

قبلا گفتیم که توانایی فرد در محبت و نیکی کردن به مردم و تلاش برای خوشبختی آنها،

---

(۱)- السید سابق: فقه السنهٔ، جلد اول. بیروت: دار الکتاب العربی، بدون تاریخ، ص ۴۳۱.

موجب تقویت احساس تعلق به گروه، و سبب ایجاد احساس رضایت از خود [فرد] می‌شود و داشتن چنین احساسی برای سلامت روانی دارای اهمیت فراوانی است. قرآن درباره صدقه، چه از طریق زکات یا غیر آن می‌فرماید صدقه دادن موجب تطهیر و تزکیه نفس است:

خُذْ مِنْ أَمْوالِهِمْ صَدَقَهً تُطَهِّرُهُمْ وَ تُزَکِّیهِمْ بِها ...

«از اموال آنها صدقه‌ای (زکات) بگیر تا به وسیله آن آنها را پاك سازی و پرورش دهی ...» «۱»

بنابراین زکات، نفس انسان را از پلیدی بخل و آز و خودخواهی و قساوت نسبت به فقرا پاك و تزکیه می کند، یعنی نفس انسانی را رشد می‌دهد و با خیرات و برکات اخلاقی و عملی اعتلا می‌بخشد تا جایی که شایسته خوشبختی دنیا و آخرت می‌شود. «۲» «احمد بن حنبل» از «انس بن مالك» روایت می کند که پیامبر اکرم صلّی اللّه علیه و آله به مردی از قبیله تمیم که کیفیت خرج کردن مالش را از آن حضرت پرسیده بود، فرمود: «زکات مالت را بپرداز زیرا زکات باعث پاکیزگی تو است و نزدیکانت را به تو وصل می کند و باعث می‌شود که حق مسکین و همسایه و نیازمند را بشناسی.» «۳»

۳- ۴ حج:

«حج» از نظر روانی دارای فواید مهمی است، زیرا زیارت خانه خدا در مکه مکرمه و زیارت مسجد و قبر رسول خدا صلّی اللّه علیه و آله در مدینه منوره و نیز زیارت منازل وحی و اماکنی که یادآور فداکاریهای مسلمانان صدر اسلام است، به مسلمانان آن چنان نیروی روحی عظیمی می‌بخشد که گرفتاریها و هموم زندگی را از او زایل می کند و او را در احساس خوشبختی و آرامش و امنیت فرو می‌سازد.

---

(۱)- توبه: ۱۰۳.

(۲)- السید سابق: فقه السنهٔ، ص ۳۲۸.

(۳)- همان مأخذ.

علاوه بر این، انجام مناسک حج، نوعی تمرین برای تحمّل سختیها و گرفتاریها، و نوعی ممارست در فروتنی است. تمام لباسهای فاخر از تن درآورده می‌شود و از لباس ساده حج (احرام)، چه ثروتمند یا فقیر، به طور یکسان استفاده می کنند، این خود باعث تقویت روابط برادرانه میان همه مسلمانان، از نژادها و ملتها و طبقات اجتماعی مختلف می‌شود، همه در مکانی واحد اجتماع می کنند و به پرستش خداوند متعال و دعا و تضرع به درگاه او می‌پردازند. این گردهمایی بزرگ مسلمانان از ملتهای مختلف،

فرصتی فراهم می‌آورد تا با هم مأنوس شوند و یکدیگر را بشناسند و روابط دوستانه برقرار کنند.

انجام مناسک حج، تمرینی برای مهار کردن نفس و حکومت بر شهوات و انگیزه‌های نفسانی است، زیرا شخص محرم از انجام کارهایی از جمله، نزدیکی با زنان، مجادله، اظهار دشمنی، ناسزاگویی و بطور کلی ارتکاب گناهان و منهیات خداوندی ممنوع است و همین به انسان می‌آموزد که در معاشرت با مردم و انجام کارهای نیک و برخوردهای انسانی، موفق باشد.

الْحَجُّ أَشْهُرٌ مَعْلُوماتٌ فَمَنْ فَرَضَ فِيهِنَّ الْحَجَّ فَلا رَفَثَ وَ لا فُسُوقَ وَ لا جِدالَ فِي الْحَجِّ وَ ما تَفْعَلُوا مِنْ خَيْرٍ يَعْلَمْهُ اللَّهُ وَ تَزَوَّدُوا فَإِنَّ خَيْرَ الزَّادِ التَّقْوى وَ اتَّقُونِ يا أُولِي الْأَلْبابِ «حج در ماههای معینی است، و کسانی که (با احرام و شروع مناسک حج) حج را برخود فرض کرده‌اند (باید توجه داشته باشند که) در حج آمیزش جنسی با زنان و گناه و جدال نیست و آنچه از کارهای خیر انجام دهید خدا می‌داند و زاد و توشه تهیه کنید که بهترین زاد و توشه پرهیزگاری است و از من بپرهیزید ای صاحبان عقل.» «۱»

بنابراین، حج از این دیدگاه، جهاد با نفس است، جهادی که انسان در جریان آن می‌کوشد نفس خود را تزکیه کند و در برابر خواسته‌ها و انگیزه‌های نفسانی بایستد و

---

(۱)- بقره: ۱۹۷.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۴۰۱

خود را در تحمل سختیها و انجام کارهای خیر و محبت به دیگران تمرین دهد. از حسن بن علی علیه السّلام منقول است، مردی نزد پیامبر صلّی اللّه علیه و آله آمد و عرض کرد:

«من انسانی ترسو و ضعیف هستم» پیامبر فرمود: «به جهادی برو که سختی ندارد و آن حج است.» «۱»

اصولا- بر مسلمانان پوشیده نیست که حج مبرور گناهان را می‌آمرزد و وقتی مسلمان از حج بر می‌گردد مثل این است که تازه از مادر متولد شده باشد. در حدیثی که بخاری و مسلم نقل کرده‌اند آمده است:

«کسی که حج بگزارد و فساد و فسق انجام ندهد، چون از حج باز می‌گردد مانند روزی است که از مادر متولد شده باشد.» از عبد اللّه بن مسعود (رض) منقول است که رسول خدا صلّی اللّه علیه و آله چنین فرمود:

«حج و عمره را پشت سر هم انجام دهید، زیرا حج و عمره، فسق و گناه را از بین می‌برد چنان که دم آهنگری ناخالصیهای آهن و طلا و نقره را از بین می‌برد و پاداش حج مبرور چیزی جز بهشت نیست.» این حدیث را نسائی و ترمذی نقل کرده‌اند. «۲»

بدون شک، حج مبرور و پذیرفته شده، موجب آمرزش گناهان است، و گزارنده حج، با دلی شاد و لبریز از احساس امنیت و آرامش و جمعیت خاطر از حج برمی‌گردد و همین احساس خوشبختی و امنیت، چنان نیروی عظیمی به او می‌بخشد که تمام گرفتاریها و سختیهای زندگی و آنچه را که موجب تشنجات عصبی و اضطراب او شده است، نادیده می‌گیرد و فراموش می‌کند.

۴- صبر

قرآن مؤمنان را به صبر دعوت می‌کند، زیرا در صبر فوایدی برای تربیت نفس و تقویت شخصیت و افزایش توانایی انسان در برابر سختیها و بارهای سنگین زندگی و

---

(۱)- السید سابق: فقه السنة، ص ۶۲۶. «مقصود از سختی نداشتن جهاد در حج، شاید در مقایسه با جهاد در برابر دشمن باشد که توأم با سختیها و دشواریهای فراوان است».- م.

(۲)- همان مأخذ، ص ۶۲۶، ۶۲۷.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۴۰۲

حوادث و مصائب روزگار و نیز بسیج نیرو برای ادامه جهاد در راه اعتلای دین خدا، نهفته است.

وَ اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَ الصَّلاةِ وَ إِنَّها لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخاشِعِينَ «از صبر و نماز یاری جویید (و با استقامت و کنترل هوسهای درونی و توجه به پروردگار نیرو بگیرید) و این کار جز برای خاشعان گران است.» «۱»

يا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَ الصَّلاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ «ای افراد با ایمان از صبر (و استقامت) و نماز (در برابر حوادث سخت زندگی) کمک بگیرید (زیرا) خداوند با صابران است.» «۲»

يا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اصْبِرُوا وَ صابِرُوا وَ رابِطُوا وَ اتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ «ای کسانی که ایمان آورده‌اید (در برابر مشکلات و هوسها) استقامت کنید و در برابر دشمنان (نیز) استقامت بخرج دهید و از مرزهای خود مراقبت به عمل آورید و از خدا بپرهیزید شاید رستگار شوید.» «۳»

اصولاـ مؤمن صابر، از مشکلات و آزاری که متوجه او می‌شود، یا مصائب و حوادث ناگوار روزگار که بر او وارد می‌آید، اظهار شکوه و ناتوانی نمی‌کند، زیرا خداوند او را به صبر سفارش فرموده است و مصائب دنیا، آزمایش الهی برای شناخت مؤمنان صابر است.

---

(۱)- بقره: ۴۵.

(۲)- بقره: ۱۵۳.

(۳)- آل عمران: ۲۰۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۴۰۳

وَ لَنَبْلُوَنَّكُمْ حَتَّى نَعْلَمَ الْمُجاهِدِينَ مِنْكُمْ وَ الصَّابِرِينَ وَ نَبْلُوَا أَخْبارَكُمْ «ما همه شما را قطعا آزمایش می‌کنیم تا معلوم شود مجاهدان واقعی و صابران از میان شما کیانند؟ و اخبار شما را بیازماییم.» «۱»

وَ لَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِنَ الْخَوْفِ وَ الْجُوعِ وَ نَقْصٍ مِنَ الْأَمْوالِ وَ الْأَنْفُسِ وَ الثَّمَراتِ وَ بَشِّرِ الصَّابِرِينَ الَّذِينَ إِذا أَصابَتْهُمْ مُصِيبَةٌ قالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَ إِنَّا إِلَيْهِ راجِعُونَ أُولئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَواتٌ مِنْ رَبِّهِمْ وَ رَحْمَةٌ وَ أُولئِكَ هُمُ الْمُهْتَدُونَ «قطعا همه شما را با چیزی از ترس، گرسنگی، زیان مالی و جانی و کمبود میوه‌ها آزمایش می‌کنیم و بشارت ده به استقامت کنندگان. آنها که هرگاه مصیبتی به آنها رسد می‌گویند: ما از آن خدا هستیم و به سوی او باز می‌گردیم. اینها همانها هستند که الطاف و رحمت خدا شامل حالشان شده و آنها هستند هدایت یافتگان.» «۲»

لَتُبْلَوُنَّ فِي أَمْوالِكُمْ وَ أَنْفُسِكُمْ وَ لَتَسْمَعُنَّ مِنَ الَّذِينَ أُوتُوا الْكِتابَ مِنْ قَبْلِكُمْ وَ مِنَ الَّذِينَ أَشْرَكُوا أَذىً كَثِيراً وَ إِنْ تَصْبِرُوا وَ تَتَّقُوا فَإِنَّ ذلِكَ مِنْ عَزْمِ الْأُمُورِ «به طور مسلم در اموال و نفوس خود آزمایش می‌شوید و از آنها که پیش از شما کتاب (آسمانی) داده شدند (یعنی یهود و همچنین) از آنها که راه شرک پیش گرفتند سخنان آزار دهنده فراوان خواهید شنید و اگر استقامت کنید و تقوا پیشه سازید (شایسته‌تر است) زیرا اینها از کارهای محکم و قابل اطمینان است.» «۳»

---

(۱)- محمد: ۳۱.

(۲)- بقره: ۱۵۵- ۱۵۷.

(۳)- آل عمران: ۱۸۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۴۰۴

بطور کلی صبر یکی از خصایل پسندیده مؤمنان است که خداوند در موارد مختلفی در قرآن، از آن تمجید کرده است.
وَ ما أَدْراکَ مَا الْعَقَبَهُ فَکُّ رَقَبَهٍ أَوْ إِطْعامٌ فِی یَوْمٍ ذِی مَسْغَبَهٍ یَتِیماً ذا مَقْرَبَهٍ أَوْ مِسْکِیناً ذا مَتْرَبَهٍ ثُمَّ کانَ مِنَ الَّذِینَ آمَنُوا وَ تَواصَوْا بِالصَّبْرِ وَ تَواصَوْا بِالْمَرْحَمَهِ أُولئِکَ أَصْحابُ الْمَیْمَنَهِ «... و چگونه توانی دانست که آن عقبه چیست؟ آن بنده (در راه خدا) آزاد کردن است. و طعام دادن در روز قحطی و گرسنگی است. یا به یتیم خویشاوند خود (احسان کردن). یا به فقیر و مضطر و خاک‌نشین (دستگیری کردن). و آنگاه هم از آنان باشد که به خدا ایمان آورده و یکدیگر را به اهمیّت صبر و مهربانی با خلق سفارش می کنند. که آنها اهل یمن و سعادتند (و نامه عمل به دست راست گیرند).» «۱»
وَ الْعَصْرِ إِنَّ الْإِنْسانَ لَفِی خُسْرٍ إِلَّا الَّذِینَ آمَنُوا وَ عَمِلُوا الصَّالِحاتِ وَ تَواصَوْا بِالْحَقِّ وَ تَواصَوْا بِالصَّبْرِ «قسم به عصر. که انسان همه در خسارت است. مگر آنان که به خدا ایمان آورده و نیکوکار شدند و به درستی و راستی و پایداری در دین یکدیگر را سفارش کردند.» «۲»
لَیْسَ الْبِرَّ أَنْ تُوَلُّوا وُجُوهَکُمْ قِبَلَ الْمَشْرِقِ وَ الْمَغْرِبِ وَ لکِنَّ الْبِرَّ مَنْ آمَنَ بِاللَّهِ وَ الْیَوْمِ الْآخِرِ وَ الْمَلائِکَهِ وَ الْکِتابِ وَ النَّبِیِّینَ وَ آتَی الْمالَ عَلی حُبِّهِ ذَوِی الْقُرْبی وَ الْیَتامی وَ الْمَساکِینَ وَ ابْنَ السَّبِیلِ وَ السَّائِلِینَ

---

(۱)- بلد: ۱۲- ۱۸.

(۲)- سوره عصر.

وَ فِی الرِّقابِ وَ أَقامَ الصَّلاهَ وَ آتَی الزَّکاهَ وَ الْمُوفُونَ بِعَهْدِهِمْ إِذا عاهَدُوا وَ الصَّابِرِینَ فِی الْبَأْساءِ وَ الضَّرَّاءِ وَ حِینَ الْبَأْسِ أُولئِکَ الَّذِینَ صَدَقُوا وَ أُولئِکَ هُمُ الْمُتَّقُونَ «نیکی (تنها) این نیست (که به هنگام نماز) صورت خود را به سوی مشرق و مغرب کنید (و تمام گفتگوی شما از مسأله قبله و تغییر قبله باشد و همه وقت خود را مصروف آن سازید) بلکه نیکی (و نیکوکار) کسانی هستند که به خدا و روز رستاخیز و فرشتگان و کتاب آسمانی و پیامبران ایمان آورده‌اند، و مال (خود) را با علاقه‌ای که به آن دارند به خویشاوندان و یتیمان و مسکینان و واماندگان در راه و سائلان و بردگان انفاق می کنند، نماز را برپا می‌دارند و زکات را می‌پردازند. و به عهد خود- به هنگامی که عهد بستند- وفا می کنند و در برابر محرومیتها و بیماریها و در میدان جنگ استقامت به خرج می‌دهند، اینها کسانی هستند که راست می گویند (و گفتار و رفتار و اعتقادشان هماهنگ است) و اینها هستند پرهیزکاران.» «۱»

صبر به انسان می‌آموزد که در کار و بذل جهد برای تحقق اهداف عملی و علمی، مداومت ورزد. زیرا انسان برای دستیابی و تحقق بخشیدن به اکثر اهداف خود، چه در زمینه‌های زندگی عملی اجرائی اجتماعی و اقتصادی و سیاسی و چه در زمینه‌های علمی، نیاز به صرف وقت و کوشش زیاد دارد. به همین دلیل ضرورت تلاشهای پی گیر و مداوم و صبر در برابر رنج کار و تحقیق به عنوان یک خصلت مهم و لازم برای رسیدن به موفقیت و تحقق اهداف، چهره می‌نماید.
میزان صبر و پشتکار در واقع به میزان نیروی اراده انسان بستگی دارد. بنابراین، انسان صابر، فردی است برخوردار از اراده‌ای نیرومند که هر چند با مشکلات و موانع برخورد کند، عزمش سست نمی‌شود و همتش کاستی نمی‌پذیرد. انسان، با نیروی اراده می‌تواند کارهای بزرگی انجام دهد و به اهداف والایی، جامه تحقق بپوشاند.

---

(۱)- بقره: ۱۷۷.

... إِنْ يَكُنْ مِنْكُمْ عِشْرُونَ صابِرُونَ يَغْلِبُوا مِائَتَيْنِ وَ إِنْ يَكُنْ مِنْكُمْ مِائَةٌ يَغْلِبُوا أَلْفاً مِنَ الَّذِينَ كَفَرُوا بِأَنَّهُمْ قَوْمٌ لا يَفْقَهُونَ «... هرگاه بیست نفر با استقامت از شما باشند بر دویست نفر غلبه می‌کنند و اگر صد نفر باشند بر هزار نفر از کسانی که کافر شدند پیروز می‌گردند چرا که آنها گروهی هستند که نمی‌فهمند.» «۱»

هرگاه انسان، صبر در برابر مشکلات زندگی و مصائب روزگار و اذیّت و دشمنی مردم و نیز صبر و پشتکار در عبادت و طاعت خداوند و مقاومت در برابر شهوات و انفعالهای نفسانی خود و پشتکار در کار و تولید را بیاموزد، انسانی با شخصیت رشد یافته، متعادل، کمال یافته و تولید کننده و فعال خواهد بود، و چنین انسانی از نگرانی بدور است و در برابر اضطرابهای روانی مصونیت خواهد داشت.

۵- ذکر

مداومت مؤمن بر ذکر خدا از طریق تسبیح و تکبیر گفتن (ذکر سبحان اللّه و اللّه اکبر) و استغفار و دعا و تلاوت قرآن، در واقع موجب تزکیه و صفای نفس و احساس امنیت و آرامش روانی وی می‌شود:

الَّذِينَ آمَنُوا وَ تَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ «آنها کسانی هستند که ایمان آورده‌اند و دلهایشان به یاد خدا مطمئن (و آرام) است، آگاه باشید با یاد خدا دلها آرامش می‌یابد.» «۲»

---

(۱)- انفال: ۶۵.

(۲)- رعد: ۲۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۴۰۷

فَاصْبِرْ عَلى ما يَقُولُونَ وَ سَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ قَبْلَ طُلُوعِ الشَّمْسِ وَ قَبْلَ غُرُوبِها وَ مِنْ آناءِ اللَّيْلِ فَسَبِّحْ وَ أَطْرافَ النَّهارِ لَعَلَّكَ تَرْضى «بنابراین در برابر آنچه آنها می‌گویند صبر کن و قبل از طلوع آفتاب و پیش از غروب آن و همچنین در اثنای شب و اطراف روز، تسبیح و حمد پروردگارت را بجا آور تا خشنود شوی.» «۱»

وَ نُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ ما هُوَ شِفاءٌ وَ رَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنِينَ ...

«و قرآن را نازل می‌کنیم که شفا و رحمت برای مؤمنان است ...» «۲»

پیامبر اکرم صلّی اللّه علیه و آله می‌فرماید: «ذکر خدا موجب شفای دلها است» «۳» و نیز می‌فرماید:

«گروهی دور هم جمع نمی‌شوند در حالی که مشغول ذکر خدا باشند مگر این که فرشتگان آنها را احاطه می‌کنند و رحمت خداوندی، آنها را در بر می‌گیرد و آرامش الهی بر آنها نازل می‌شود و خداوند به یادشان خواهد بود.» «۴»

اصولا- مسلمان، هنگام ذکر خدا احساس می‌کند که به خداوند نزدیک است و تحت حمایت و سرپرستی او قرار دارد و همین موجب برانگیخته شدن حس اعتماد به نفس، قدرت، امنیت، آرامش و خوشبختی در او می‌شود. خداوند می‌فرماید:

فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ ...

---

(۱)- طه: ۱۳۰.

(۲)- اسراء: ۸۲.

(۳)- این روایت را دیلمی از انس نقل کرده است. به نقل از: حسن محمد الشرقاوی: نحو علم نفس اسلامی، اسکندریه: الهیئة المصریة للکتاب، ص ۳۰۰.

(۴)- این روایت را ابن ماجه از ابن سعید نقل کرده است. نقل از حسن محمد الشرقاوی: همان مأخذ، ص ۲۹۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۴۰۸

«به یاد من باشید تا به یاد شما باشم ...» «۱»

پیامبر اکرم صلّی اللّه علیه و آله فرمود:

خداوند می‌فرماید: «مادام که بنده من ذکر مرا بگوید و لبهایش به ذکر من حرکت کند، من با او هستم» «۲» و نیز آن حضرت فرمود: «به یاد خدا باش و کتاب خدا را تلاوت کن، زیرا ذکر خدا نوری در زمین و یادی در آسمان برای تو است.» «۳»

از آن جا که ذکر خدا، در نفس انسان، امنیت و آرامش به وجود می‌آورد، بدون شک موجب درمان اضطرابی که هنگام احساس عجز و تنهایی در برابر فشارها و خطرهای زندگی به انسان دست می‌دهد، خواهد بود.

وَ مَنْ أَعْرَضَ عَنْ ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ، مَعِيشَةً ضَنْكاً ...

«و هر کس از یاد من روی گردان شود زندگی تنگ (و سختی) خواهد داشت ...» «۴»

ذکر خدا، یکی از برترین عبادتها است. خداوند در فضیلت ذکر می‌فرماید:

... إِنَّ الصَّلاةَ تَنْهى عَنِ الْفَحْشاءِ وَ الْمُنْكَرِ وَ لَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ ...

«... نماز (انسان را) از زشتیها و منکرات باز می‌دارد و همانا ذکر خدا بزرگتر (و برتر از حدّ اندیشه خلق) است ...» «۵»

---

(۱)- بقره: ۱۵۲.

(۲)- این روایت را امام شعرانی در «کشف الغمة» نقل کرده است. نقل از حسن محمد الشرقاوی: همان مأخذ، ص ۲۹۹.

(۳)- این حدیث را ابویعلی از ابو سعید نقل کرده است. نقل از محمد حسن الشرقاوی. همان مأخذ، ص ۳۳.

(۴)- طه: ۱۲۴.

(۵)- عنکبوت: ۴۵.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۴۰۹

و نیز پیامبر اکرم صلّی اللّه علیه و آله می‌فرماید:

«مثل خانه‌ای که در آن ذکر خدا می‌شود و خانه‌ای که در آن ذکر خدا نمی‌شود، مثل آدم زنده و مرده است.» «۱»

همه عبادات نوعی ذکر یا مددکار ذکر هستند. مثلا نمازگزار در نماز به گفتن اللّه اکبر و تلاوت قرآن، گفتن تسبیحات در رکوع و سجود و حمد و ثنای خداوند و فرستادن درود بر پیامبر صلّی اللّه علیه و آله می‌پردازد و در پایان نماز به استغفار و تسبیح و حمد و تکبیر خدا و دعا مشغول می‌شود و اینها همه ذکر هستند. «۲» خداوند درباره نماز می‌فرماید:

إِنَّنِي أَنَا اللَّهُ لا إِلهَ إِلَّا أَنَا فَاعْبُدْنِي وَ أَقِمِ الصَّلاةَ لِذِكْرِي «من اللّه هستم، معبودی جز من نیست، مرا پرستش کن و نماز را برای یاد من بپا دار.» «۳»

روزه هم در واقع طاعت خدا و دوری از موجبات خشم الهی و تعظیم او و شکر به خاطر هدایت انسان است و اینها همه ذکر هستند.

خداوند درباره روزه می‌فرماید:

... وَ لِتُكْمِلُوا الْعِدَّةَ وَ لِتُكَبِّرُوا اللَّهَ عَلى ما هَداكُمْ وَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ «... و هدف این است که این روزها را تکمیل کنید و خدا را بر این که شما را هدایت کرده بزرگ بشمرید و شاید شکرگزاری کنید.» «۴»

---

(۱)- این روایت را مسلم و بخاری از ابو موسی اشعری نقل کرده‌اند. به نقل از حسن محمد الشرقاوی: همان مأخذ، ص ۳۰۰.

(۲)- سعید حوی: تربیتنا الروحیهٔ، ص ۲۲۸- ۲۳۱.

(۳)- طه: ۱۴.

(۴)- بقره: ۱۸۵.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۴۱۰

در حج نیز، انسان مسلمان خود را وقف نماز، دعا، مناجات با خدا و انجام مناسک حج می‌کند و معنای ذکر نیز همین است. درباره حج می‌فرماید:

وَ أَذِّنْ فِی النَّاسِ بِالْحَجِّ یَأْتُوکَ رِجالًا وَ عَلی کُلِّ ضامِرٍ یَأْتِینَ مِنْ کُلِّ فَجٍّ عَمِیقٍ لِیَشْهَدُوا مَنافِعَ لَهُمْ وَ یَذْکُرُوا اسْمَ اللَّهِ فِی أَیَّامٍ مَعْلُوماتٍ عَلی ما رَزَقَهُمْ مِنْ بَهِیمَهِٔ الْأَنْعامِ ...

«و مردم را دعوت عمومی به حج کن تا پیاده و سواره بر مرکبهای لاغر از هر راه دور (به سوی خانه خدا) بیایند. تا شاهد منافع گوناگون خویش (در این برنامه حیات بخش) باشند و نام خدا را در ایام معینی بر چهارپایان که به آنها روزی داده است (هنگام قربانی کردن) ببرند ...» «۱»

و درباره رمی جمرات می‌فرماید: «۲» وَ اذْکُرُوا اللَّهَ فِی أَیَّامٍ مَعْدُوداتٍ ...

«و خدا را در روزهای معینی یاد کنید (روزهای ۱۱، ۱۲ و ۱۳ ماه ذی الحجه).» «۳»

مؤمنی که می‌خواهد در طریق تقرب خدا گام بردارد، تنها هنگام نمازهای روزانه به ذکر خدا اکتفا نمی‌کند، بلکه خارج از نماز نیز با تسبیح و تکبیر و دعا و تضرع به درگاه او به ذکر می‌پردازد. اصولاـ تقرب جستن به پروردگار از طریق عبادت، تلاوت قرآن و اوراد و ادعیه، باعث تعمیق ایمان و تثبیت امنیت و آرامش روح انسان می‌شود.

---

(۱)- حج: ۲۷، ۲۸.

(۲)- سعید حوی: همان مأخذ، ص ۲۲۸، ۲۲۹.

(۳)- بقره: ۲۰۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۴۱۱

۶- توبه

احساس گناه، سبب احساس کمبود و اضطراب در انسان می‌شود و این احساس به بروز عوارض بیماریهای روانی منجر می‌گردد. روان درمانی- در چنین مواردی- به موضوع تغییر دیدگاههای بیمار درباره اعمال گذشته وی که مسبب احساس گناه هستند، توجه می‌کند. بیمار در این حالت از دیدگاه جدیدی به اعمال خود می‌نگرد، به طوری که دیگر دلیلی برای احساس گناه و نقص خود نمی‌بیند. در نتیجه سرزنش وجدانش تخفیف می‌یابد و برای پذیرش «خود» آماده‌تر می‌شود و سرانجام، اضطراب و عوارض بیماری روانی‌اش از بین می‌رود.

قرآن روش «توبه» را که روشی بی‌نظیر و موفق برای درمان احساس گناه است، به ما ارائه می‌دهد. زیرا توبه یا بازگشت به سوی خداوند متعال، سبب آمرزش گناهان و تقویت امید انسان به جلب رضایت الهی است و به همین دلیل موجب کاهش شدت اضطراب انسان می‌شود. علاوه بر این، توبه غالبا انسان را به اصلاح و خودسازی وامی‌دارد و شخصیت او را طوری آماده می‌کند که بار دیگر در دام خطاها و گناهان گرفتار نشود و همین امر به انسان کمک می‌کند که ارزش خود را بیشتر بشناسد و اعتماد به نفس و رضایت، در وی افزایش یابد و این مسائل به نوبه خود به تثبیت احساس امنیت و آرامش روانی انسان منجر خواهد شد.

قُلْ یا عِبادِیَ الَّذِینَ أَسْرَفُوا عَلی أَنْفُسِهِمْ لا تَقْنَطُوا مِنْ رَحْمَهِٔ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ یَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِیعاً إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِیمُ «بگو: ای بندگان من که بر خود اسراف و ستم کرده‌اید، از رحمت خداوند نومید نشوید که خدا همه گناهان را می‌آمرزد، خداوند آمرزنده و مهربان است.» «۱»

---

(۱)- زمر: ۵۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۴۱۲

وَ مَنْ یَعْمَلْ سُوءاً أَوْ یَظْلِمْ نَفْسَهُ، ثُمَّ یَسْتَغْفِرِ اللَّهَ یَجِدِ اللَّهَ غَفُوراً رَحِیماً «کسی که کار بدی انجام دهد یا به خود ستم کند سپس از خداوند طلب آمرزش نماید، خدا را آمرزنده و مهربان خواهد یافت.» «۱»

إِنَّ اللَّهَ لا یَغْفِرُ أَنْ یُشْرَکَ بِهِ وَ یَغْفِرُ ما دُونَ ذلِکَ لِمَنْ یَشاءُ ...

«خداوند (هرگز) شرک را نمی‌بخشد و پایین‌تر از آن را برای هر کس بخواهد (و شایستگی داشته باشد) می‌بخشد ...» «۲»

إِنَّمَا التَّوْبَهُٔ عَلَی اللَّهِ لِلَّذِینَ یَعْمَلُونَ السُّوءَ بِجَهالَهٍٔ ثُمَّ یَتُوبُونَ مِنْ قَرِیبٍ فَأُولئِکَ یَتُوبُ اللَّهُ عَلَیْهِمْ وَ کانَ اللَّهُ عَلِیماً حَکِیماً «توبه تنها برای کسانی است که کار بدی را از روی جهالت انجام می‌دهند و سپس به زودی توبه می‌کنند، خداوند توبه چنین اشخاصی را می‌پذیرد و خدا دانا و حکیم است.» «۳»

فَمَنْ تابَ مِنْ بَعْدِ ظُلْمِهِ وَ أَصْلَحَ فَإِنَّ اللَّهَ یَتُوبُ عَلَیْهِ إِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِیمٌ «اما آن کسی که پس از ستم کردن، توبه و جبران نماید خداوند توبه او را می‌پذیرد زیرا خداوند آمرزنده و مهربان است.» «۴»

وَ إِذا جاءَکَ الَّذِینَ یُؤْمِنُونَ بِآیاتِنا فَقُلْ سَلامٌ عَلَیْکُمْ کَتَبَ رَبُّکُمْ عَلی نَفْسِهِ الرَّحْمَهَٔ

---

(۱)- نساء: ۱۱۰.

(۲)- نساء: ۴۸.

(۳)- نساء: ۱۷.

(۴)- مائده: ۳۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۴۱۳

أَنَّهُ، مَنْ عَمِلَ مِنْکُمْ سُوءاً بِجَهالَهٍٔ ثُمَّ تابَ مِنْ بَعْدِهِ وَ أَصْلَحَ فَأَنَّهُ، غَفُورٌ رَحِیمٌ «هرگاه کسانی که به آیات ما ایمان دارند نزد تو آیند به آنها بگو: سلام بر شما، پروردگارتان رحمت را بر خود فرض کرده، هر کس از شما کار بدی از روی نادانی کند سپس توبه و اصلاح (و جبران) نماید، او آمرزنده مهربان است.» «۱»

وَ الَّذِینَ عَمِلُوا السَّیِّئاتِ ثُمَّ تابُوا مِنْ بَعْدِها وَ آمَنُوا إِنَّ رَبَّکَ مِنْ بَعْدِها لَغَفُورٌ رَحِیمٌ «و آنها که گناه کنند و بعد از آن توبه نمایند و ایمان آورند (امید عفو او دارند زیرا) پروردگار تو در پس آن آمرزنده و مهربان است.» «۲»

وَ إِنِّی لَغَفَّارٌ لِمَنْ تابَ وَ آمَنَ وَ عَمِلَ صالِحاً ثُمَّ اهْتَدی «من کسانی را که توبه کنند و ایمان آورند و عمل صالح انجام دهند و سپس هدایت شوند، می‌آمرزم.» «۳»

وَ الَّذِینَ إِذا فَعَلُوا فاحِشَهًٔ أَوْ ظَلَمُوا أَنْفُسَهُمْ ذَکَرُوا اللَّهَ فَاسْتَغْفَرُوا لِذُنُوبِهِمْ وَ مَنْ یَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلَّا اللَّهُ وَ لَمْ یُصِرُّوا عَلی ما فَعَلُوا وَ هُمْ یَعْلَمُونَ أُولئِکَ جَزاؤُهُمْ مَغْفِرَهٌٔ مِنْ رَبِّهِمْ وَ جَنَّاتٌ تَجْرِی مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهارُ خالِدِینَ فِیها وَ نِعْمَ أَجْرُ الْعامِلِینَ «و آنها که هنگامی که مرتکب عمل زشتی شوند یا به خود ستم کنند به یاد خدا می‌افتند و برای گناهان خود طلب آمرزش می‌کنند- و کیست جز خدا که گناهان را ببخشد- و اصرار بر گناه نمی‌کنند با این که می‌دانند. آنها پاداششان آمرزش پروردگار و بهشتهایی است که از زیر

(درختان) آنها نهرها جاری است، جاودانه

---

(۱)- انعام: ۵۴.

(۲)- طه: ۸۲.

(۳)- اعراف: ۱۵۳.

قرآن و روانشناسی، ص: ۴۱۴

در آن می‌مانند و این چه پاداش نیکی است برای آنها که اهل عمل هستند.» «۱»

اعتقاد به این که خداوند متعال توبه‌پذیر و آمرزنده گناهان است و هرگز خلف وعده نمی‌کند، مسلمان را به توبه و استغفار و پرهیز از گناه وا می‌دارد و او را به مغفرت و رضایت الهی امیدوار و تشویق می‌کند. هنگامی که مسلمان، خالصانه توبه کند و به طاعت و عبادت خداوند و عمل صالح ملتزم شود، خاطرش آسوده می‌شود و نفسش آرام می‌گیرد و در نتیجه، احساس گناهی که سبب نگرانی و اضطراب او شده است، از بین می‌رود.

به این ترتیب، قرآن توانست به درمان روان اعراب بپردازد و با کمک روشهای مختلف تغییرات شگفتی در شخصیت آنان به وجود آورد. روشهایی که قرآن به کار گرفت عبارتند از:

۱- تثبیت عقیده به توحید در جان آنها و کاشتن درخت تقوا در دلهاشان. و می‌دانیم که این عمل چه نتایج بسیار مهمی در تکوین شخصیت و رفتار آنان در برداشت.

۲- واجب کردن عبادات مختلف، که موجب تخلیه آنها از بسیاری عادات زشت گذشته، و آراستن آنان به عادتها و خصلتهای پسندیده، خصلتهایی که به تعادل و رشد شخصیت آنها کمک کرد.

۳- تشویق آنان به آموزش صبر که انسان را در تحمل سختیهای زندگی کمک می‌کند و از احتمال بروز تشنج و تنگدلی و احساس اندوه و اضطراب می‌کاهد.

۴- تشویق به مداومت ذکر خدا. این امر باعث می‌شود، انسان احساس نزدیکی به خدا کند و خود را تحت حمایت و سرپرستی او قرار دهد و نتیجه این کار سرشار شدن انسان از احساس امنیت و آرامش است.

۵- تشویق مسلمانان به استغفار و توبه. این به نوبه خود به انسان کمک می‌کند تا از نگرانی و اضطراب ناشی از احساس گناه رهایی یابد.

---

(۱)- آل عمران: ۱۳۵، ۱۳۶.

قرآن و روانشناسی، ص: ۴۱۵

قرآن با استفاده از این روشها موفق شد جنبه‌های ضعف در شخصیت مسلمانان را درمان، و خصلتهای پسندیده‌ای در نفس آنان غرس کند، خصلتهایی که در تکوین شخصیت بهنجار و متعادل و رشد یافته آنان تأثیر بسزایی داشته است. اصولا قرآن بیشترین تأثیر را در ایجاد تغییرات بسیار مهم در کلیه جنبه‌های زندگی جامعه عرب در شبه جزیره عربستان و بطور کلی در جوامع اسلامی در سراسر جهان، بر جای نهاد.

درباره مرکز تحقیقات رایانه‌ای قائمیه اصفهان

بسم الله الرحمن الرحیم

جاهِدُوا بِأَمْوالِكَمْ وَ أَنْفُسِكَمْ فی سَبیلِ اللَّهِ ذلِكَمْ خَیْرٌ لَكَمْ إِنْ كُنْتُمْ تَعْلَمُونَ (سوره توبه آیه ۴۱)
با اموال و جانهای خود، در راه خدا جهاد نمایید؛ این برای شما بهتر است اگر بدانید حضرت رضا (علیه السّلام): خدا رحم نماید بنده‌ای که امر ما را زنده (و برپا) دارد ... علوم و دانشهای ما را یاد گیرد و به مردم یاد دهد، زیرا مردم اگر سخنان نیکوی ما را (بی آنکه چیزی از آن کاسته و یا بر آن بیافزایند) بدانند هر آینه از ما پیروی (و طبق آن عمل) می کنند
بنادر البحار-ترجمه و شرح خلاصه دو جلد بحار الانوار ص ۱۵۹
بنیانگذار مجتمع فرهنگی مذهبی قائمیه اصفهان شهید آیت الله شمس آبادی (ره) یکی از علمای برجسته شهر اصفهان بودند که در دلدادگی به اهلبیت (علیهم السلام) بخصوص حضرت علی بن موسی الرضا (علیه السلام) و امام عصر (عجل الله تعالی فرجه الشریف) شهره بوده و لذا با نظر و درایت خود در سال ۱۳۴۰ هجری شمسی بنیانگذار مرکز و راهی شد که هیچ وقت چراغ آن خاموش نشد و هر روز قوی تر و بهتر راهش را ادامه می دهند.
مرکز تحقیقات قائمیه اصفهان از سال ۱۳۸۵ هجری شمسی تحت اشراف حضرت آیت الله حاج سید حسن امامی (قدس سره الشریف) و با فعالیت خالصانه و شبانه روزی تیمی مرکب از فرهیختگان حوزه و دانشگاه، فعالیت خود را در زمینه های مختلف مذهبی، فرهنگی و علمی آغاز نموده است.
اهداف :دفاع از حریم شیعه و بسط فرهنگ و معارف ناب ثقلین (کتاب الله و اهل البیت علیهم السلام) تقویت انگیزه جوانان و عامه مردم نسبت به بررسی دقیق تر مسائل دینی، جایگزین کردن مطالب سودمند به جای بلوتوث های بی محتوا در تلفن های همراه و رایانه ها ایجاد بستر جامع مطالعاتی بر اساس معارف قرآن کریم و اهل بیت علیهم السّلام با انگیزه نشر معارف، سرویس دهی به محققین و طلاب، گسترش فرهنگ مطالعه و غنی کردن اوقات فراغت علاقمندان به نرم افزار های علوم اسلامی، در دسترس بودن منابع لازم جهت سهولت رفع ابهام و شبهات منتشره در جامعه عدالت اجتماعی: با استفاده از ابزار نو می توان بصورت تصاعدی در نشر و پخش آن همت گمارد و از طرفی عدالت اجتماعی در تزریق امکانات را در سطح کشور و باز از جهتی نشر فرهنگ اسلامی ایرانی را در سطح جهان سرعت بخشید.
از جمله فعالیتهای گسترده مرکز :
الف)چاپ و نشر ده ها عنوان کتاب، جزوه و ماهنامه همراه با برگزاری مسابقه کتابخوانی
ب)تولید صدها نرم افزار تحقیقاتی و کتابخانه ای قابل اجرا در رایانه و گوشی تلفن سهمراه
ج)تولید نمایشگاه های سه بعدی، پانوراما ، انیمیشن ، بازیهای رایانه ای و ... اماکن مذهبی، گردشگری و...
د)ایجاد سایت اینترنتی قائمیه www.ghaemiyeh.com جهت دانلود رایگان نرم افزار های تلفن همراه و چندین سایت مذهبی دیگر
ه)تولید محصولات نمایشی، سخنرانی و ... جهت نمایش در شبکه های ماهواره ای
و)راه اندازی و پشتیبانی علمی سامانه پاسخ گویی به سوالات شرعی، اخلاقی و اعتقادی (خط ۲۳۵۰۵۲۴)
ز)طراحی سیستم های حسابداری ، رسانه ساز ، موبایل ساز ، سامانه خودکار و دستی بلوتوث، وب کیوسک ، SMS و...
ح)همکاری افتخاری با دهها مرکز حقیقی و حقوقی از جمله بیوت آیات عظام، حوزه های علمیه، دانشگاهها، اماکن مذهبی مانند مسجد جمکران و ...
ط)برگزاری همایش ها، و اجرای طرح مهد، ویژه کودکان و نوجوانان شرکت کننده در جلسه
ی)برگزاری دوره های آموزشی ویژه عموم و دوره های تربیت مربی (حضوری و مجازی) در طول سال
دفتر مرکزی: اصفهان/خ مسجد سید/ حد فاصل خیابان پنج رمضان و چهارراه وفائی / مجتمع فرهنگی مذهبی قائمیه اصفهان

تاریخ تأسیس: ۱۳۸۵ شماره ثبت : ۲۳۷۳ شناسه ملی : ۱۰۸۶۰۱۵۲۰۲۶

وب سایت: www.ghaemiyeh.com ایمیل: Info@ghaemiyeh.com فروشگاه اینترنتی: www.eslamshop.com

تلفن ۲۵-۲۳۵۷۰۲۳- (۰۳۱۱) فکس ۲۳۵۷۰۲۲ (۰۳۱۱) دفتر تهران ۸۸۳۱۸۷۲۲ (۰۲۱) بازرگانی و فروش ۰۹۱۳۲۰۰۰۱۰۹ امور کاربران ۲۳۳۳۰۴۵(۰۳۱۱)

نکته قابل توجه اینکه بودجه این مرکز؛ مردمی ، غیر دولتی و غیر انتفاعی با همت عده ای خیر اندیش اداره و تامین گردیده و لی جوابگوی حجم رو به رشد و وسیع فعالیت مذهبی و علمی حاضر و طرح های توسعه ای فرهنگی نیست، از اینرو این مرکز به فضل و کرم صاحب اصلی این خانه (قائمیه) امید داشته و امیدواریم حضرت بقیه الله الاعظم عجل الله تعالی فرجه الشریف توفیق روزافزونی را شامل همگان بنماید تا در صورت امکان در این امر مهم ما را یاری نمایندانشاالله.

شماره حساب ۶۲۱۰۶۰۹۵۳ ، شماره کارت :۶۲۷۳-۵۳۳۱-۳۰۴۵-۱۹۷۳و شماره حساب شبا : IR۹۰-۰۱۸۰-۰۰۰۰-۰۰۰۰-۰۶۲۱-۰۶۰۹-۵۳به نام مرکز تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان نزد بانک تجارت شعبه اصفهان – خیابان مسجد سید

ارزش کار فکری و عقیدتی

الاحتجاج - به سندش، از امام حسین علیه السلام -: هر کس عهده دار یتیمی از ما شود که محنتِ غیبت ما، او را از ما جدا کرده است و از علوم ما که به دستش رسیده، به او سهمی دهد تا ارشاد و هدایتش کند، خداوند به او می‌فرماید: «ای بنده بزرگوار شریک کننده برادرش! من در کَرَم کردن، از تو سزاوارترم. فرشتگان من! برای او در بهشت، به عدد هر حرفی که یاد داده است، هزار هزار، کاخ قرار دهید و از دیگر نعمت‌ها، آنچه را که لایق اوست، به آنها ضمیمه کنید».

التفسیر المنسوب إلی الإمام العسکری علیه السلام: امام حسین علیه السلام به مردی فرمود: «کدام یک را دوست‌تر می‌داری: مردی اراده کشتن بینوایی ضعیف را دارد و تو او را از دستش می‌رَهانی، یا مردی ناصبی اراده گمراه کردن مؤمنی بینوا و ضعیف از پیروان ما را دارد، امّا تو دریچه‌ای [از علم] را بر او می‌گشایی که آن بینوا، خود را بِدان، نگاه می‌دارد و با حجّت‌های خدای متعال، خصم خویش را ساکت می‌سازد و او را می‌شکند؟».

[سپس] فرمود: «حتماً رهاندن این مؤمن بینوا از دست آن ناصبی. بی‌گمان، خدای متعال می‌فرماید: «و هر که او را زنده کند، گویی همه مردم را زنده کرده است»؛ یعنی هر که او را زنده کند و از کفر به ایمان، ارشاد کند، گویی همه مردم را زنده کرده است، پیش از آن که آنان را با شمشیرهای تیز بکشد».

مسند زید: امام حسین علیه السلام فرمود: «هر کس انسانی را از گمراهی به معرفت حق، فرا بخواند و او اجابت کند، اجری مانند آزاد کردن بنده دارد».